

# Kouluruokkakysely syksy 2023

Ivalon Koulu ja Ivalon Lukio

# Kyselyyn vastanneiden määrät:

- Ivalon Koulu: 196
- Ivalon Lukio: 66
- Inarin Koulu: 50
- Sevettijärven koulu: 17

Tässä esityksessä käsitellään Ivalon Koulun, sekä Ivalon Lukion oppilaiden ja opiskelijoiden vastauksia.

# Kysymys: Syön koulussa lounaan, tai osia siitä.

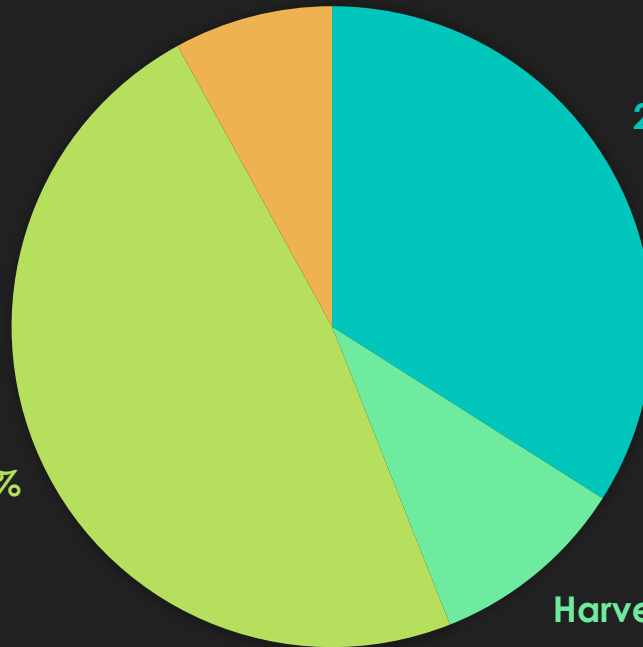
**VASTAUKSIA YHTEENSÄ 261 KPL**

Kerran viikossa: 20 = 8%

2-4 kertaa viikossa: 91 = 34%

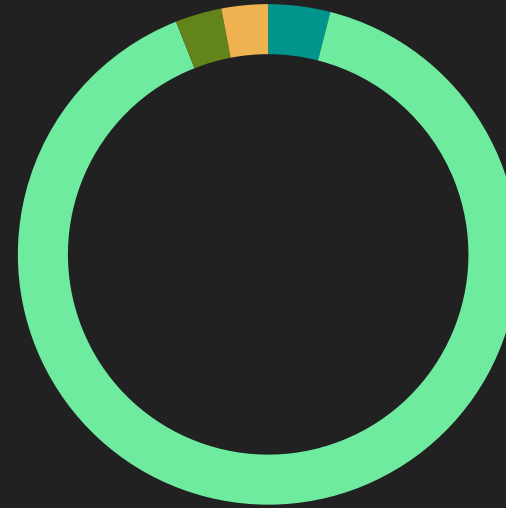
Joka päivä: 125 = 48%

Harvemmin: 27 = 10%



# Jos jätät syömättä, miksi?

- Aikataulu on kiireinen = 4%
- En pidä kouluruuasta = 90%
- Ei ole nälkä = 3%
- Muu syy = 3%



Muut syyt, esimerkkejä:

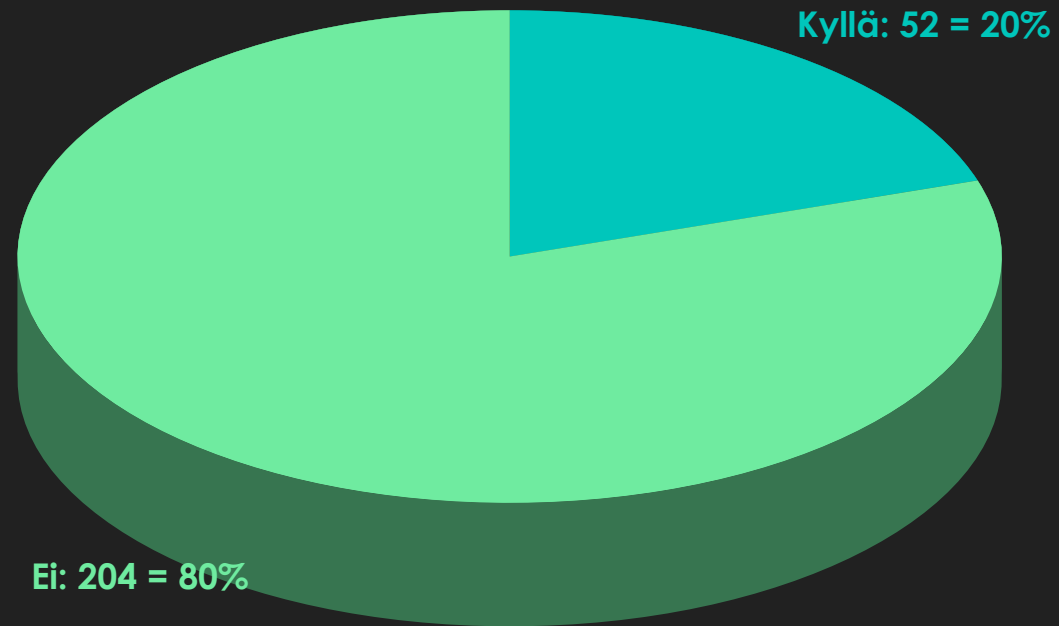
- Ei kavereita joiden kanssa syödä
- Kaveritkaan eivät syö
- Koulu alkaa vasta lounaan jälkeen
- Ruoka loppuu välillä kesken ja sen lämmitystä pitää odottaa liian kauan

# Jätän syömättä koska:

- Myöhästettyyn ruokailuun ei aina ehdi
- Ruokalaan ei mahdu
- Lautaset ja tarjottimet ovat yleensä ihan märät ja joskus likaiset
- Ruoka on kylmää
- Jonot on liian pitkät ettei ehdi, varsinkin välipalalla
- Välipalat ajaltaan lyhyitä, usein jää syöminen kesken
- Ruokalaa ei siivota tarpeeksi
- Kouluruoka on pahaa
- Koulu alkaa lounaan jälkeen (lukio)
- Hyppytunteja (lukio)

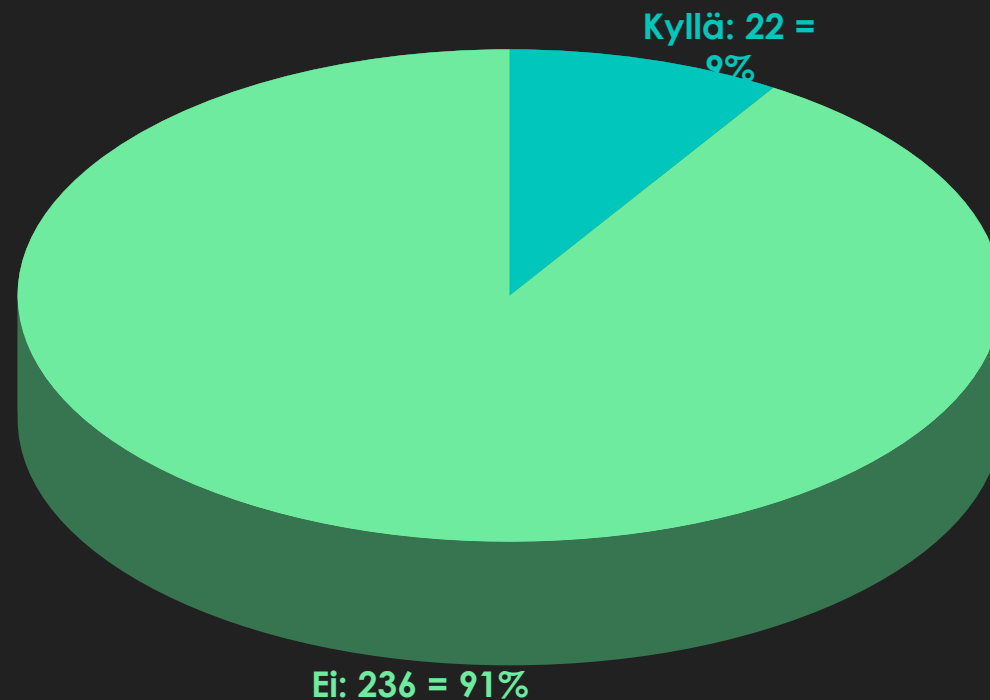
# Ruoka maistuu hyvältä:

Vastauksia yhteensä 256 kpl



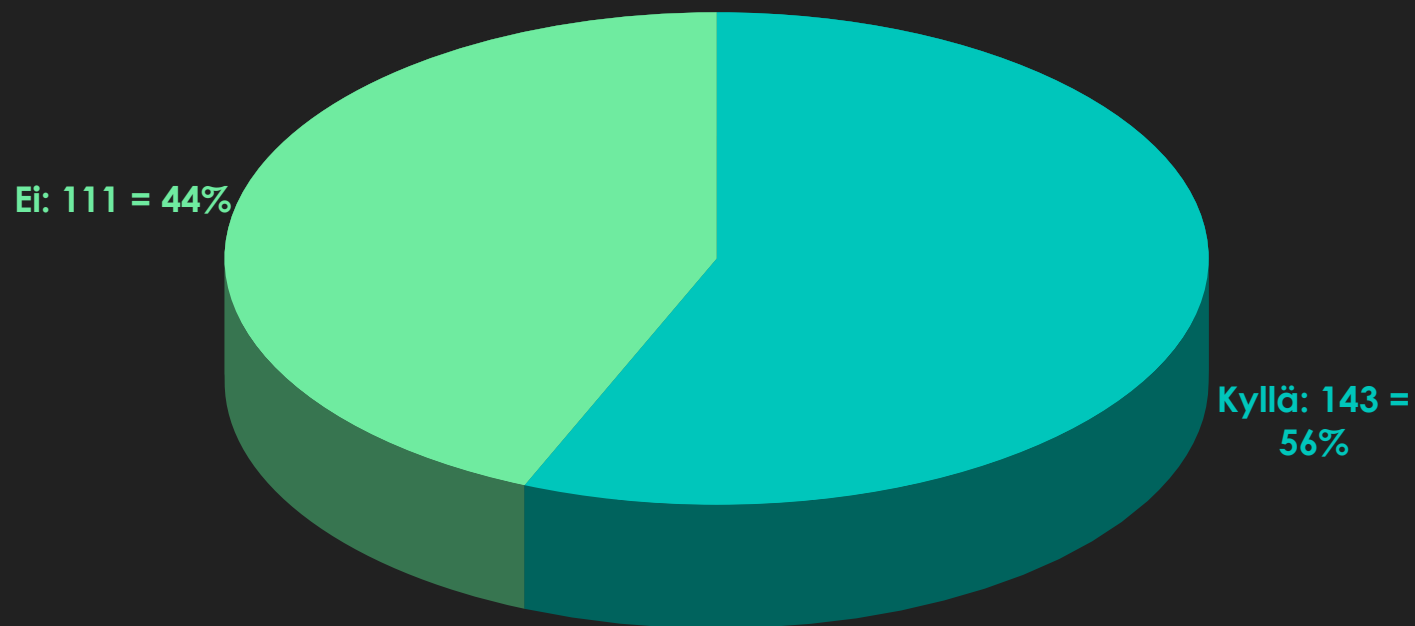
# Ruoka näyttää herkulliselta:

Vastauksia yhteensä 258 kpl



# Ruoka on monipuolista, eri ruokalajeja ja makuja:

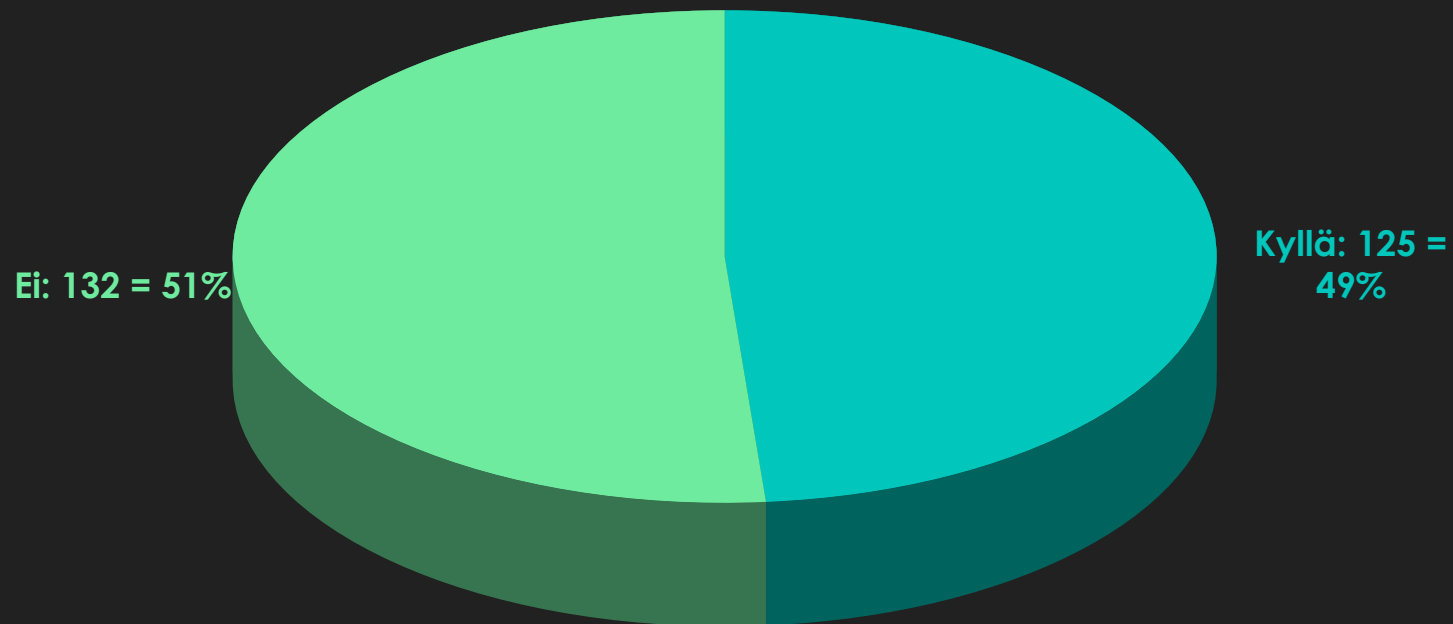
Vastauksia yhteensä 254 kpl





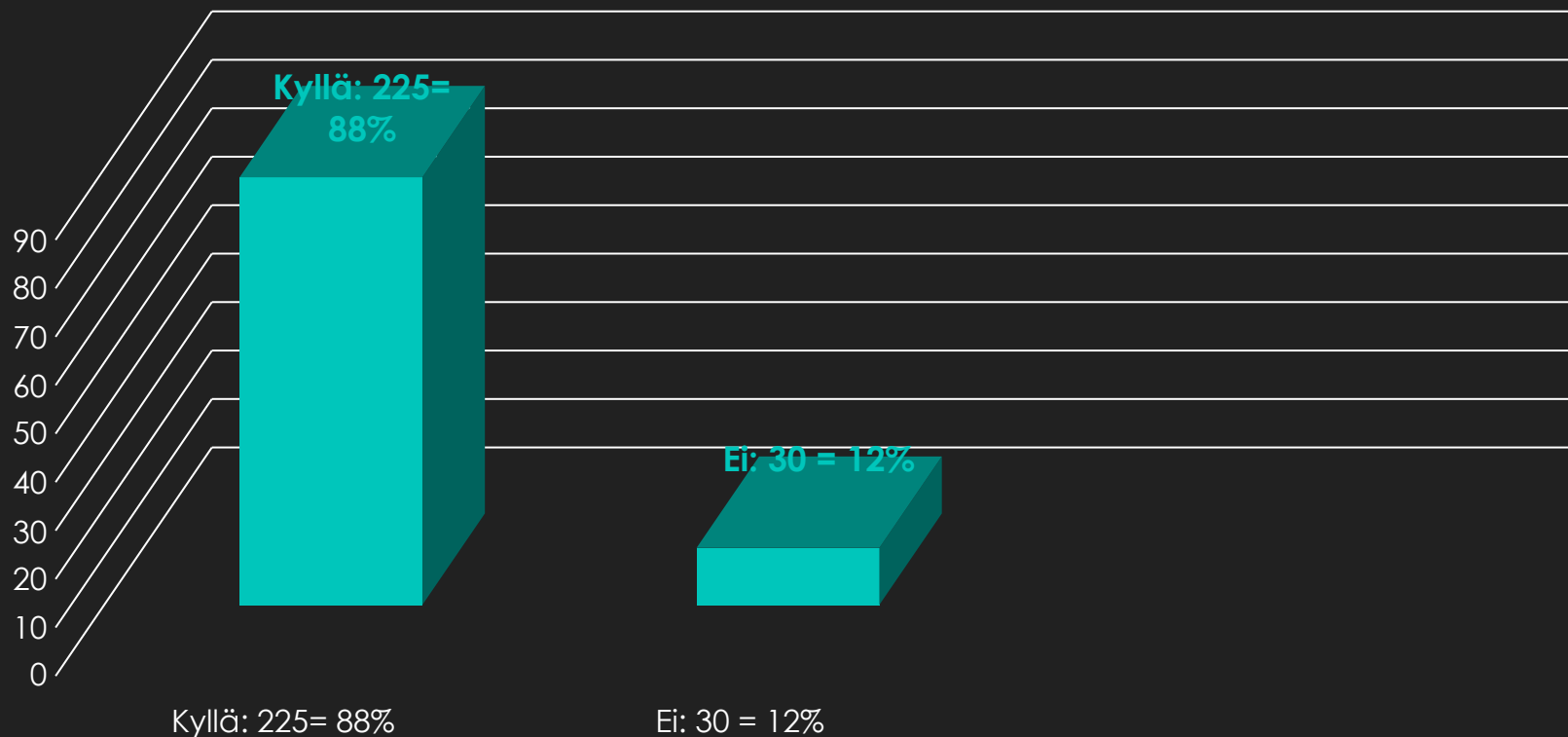
# Ruokaa riittää kaikille:

Vastauksia yhteensä 257 kpl



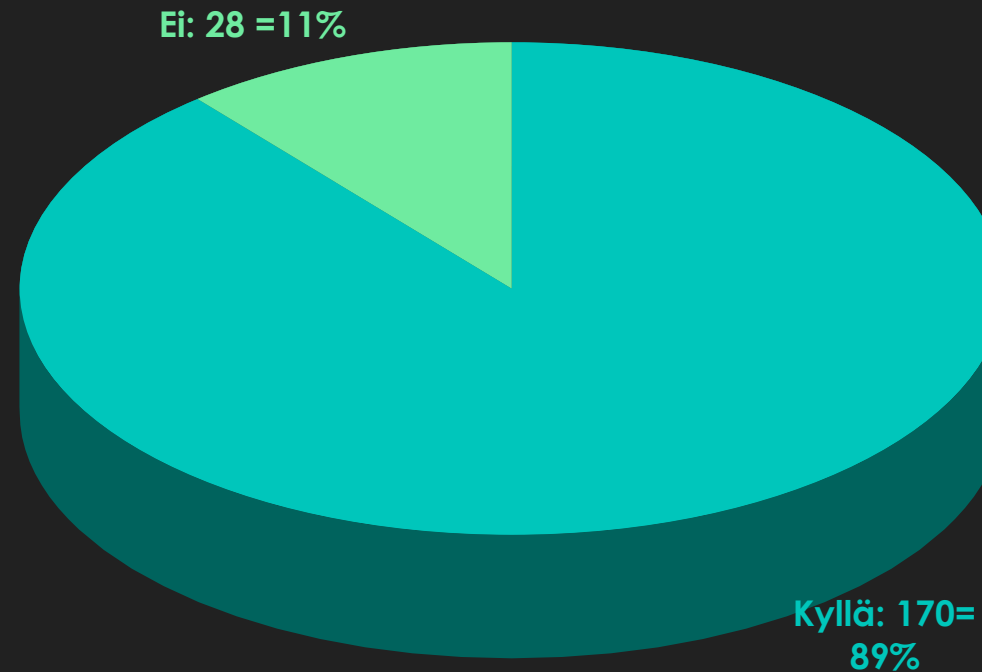
# Keittiön henkilökunta on ystävällistä:

Vastauksia yhteensä 191 kpl



# Opettajat valvovat riittävästi ruokailutilannetta:

Vastauksia yhteensä 254 kpl



# Mitä uusia ruokia haluaisit ruokalistalle?

## Kooste:

- Pizzaa
- Nugetteja
- Kanaa ja riisiä
- Kanapihvejä
- Kanapastaa
- Kanaa tikka masala
- Kalapuikkoja
- Spagettia
- Hampurilaista
- Perus arkiruokaa
- Enemmän salaatteja
- Lasagnea (ei kasvis)
- Hot dogeja
- Kinkkukiusaus
- Bataattikeittoa
- Jouluna riisipuuroa
- Pinaattiletut ja puolukkahillo
- Tortillat ja tacot
- Kärjistystä/poronkärjistystä
- Pastaa
- Makaronilaatikko
- Useammin kanarisottoa
- Nakkikeitto
- Nuudeleita
- Lisää porkkanaraastetta
- Kalakeitto
- Riisipuuro ja mansikkakiisseli
- Sushia
- Perunamuussia lisukkeena
- Tavallinen lihakeitto
- Makkara-keitto
- Useammin rieskaa
- Makkaraherku
- Pyttipannu
- Kebab
- Monipuolisia salaatteja
- Lihapullia ja pottumuusia
- Pihvejä
- Makkara-perunat
- Enemmän kalaruokia
- Friteerattua kalaa
- Lohta ja perunamuussia
- Maksalaatikkoa
- Verimakkaraita
- Nuudeliwokki
- Hernekeitto
- Uuniperunoita
- Pasta carbonara

# Mitä uusia ruokia haluaisit ruokalistalle?

## Muita kommentteja ja toiveita:

- Vanhat kouluruoat takaisin.
- Perinteisiä kouluruokia joita ei ole muutettu.
- Normaaleja ruokia, eikä outoja ruokia.
- Enemmän ruokaa (että saisi ottaa enemmän esimerkiksi uunimakkaraa).
- Enemmän kotimaisia ruokia, enemmän paikallisia ruokia
- Enemmän lihatuotteita
- Haluaisin monipuolisempia kasvisruokia, esimerkiksi jauhelihan tilalle soijarouhetta eikä sieniä. Kasvissosekeitossa ja kasvismakaronilaatikossa parannettavaa.
- Leiville monipuolisuutta useammin, sekä leivänpäällisiä
- Spagettia ja lihapullia tomaattikastikkeessa
- Toiveruokapäivä kerran kuukaudessa
- "Vanhan koulun tonnikalapastaa" – tämänhetkisessä jotain muutoksia aiempaan verrattuna.
- Tosi tärkeää on, että kaikkina muina paitsi keittopäivinä olisi oikeaa kunnollista vihreää salaattia. Punajuuri tai kurkku ei riitä.
- Useammin puuroja ja kiisseleitä (mangokiisseli mainittu erikseen)

# Mitä uusia ruokia haluaisit ruokalistalle? Välipalalle toivottua:

- Enemmän hedelmiä
- Suklaapuuroa
- Kaakaota
- Play-kaakaota
- Suklaamuroja
- Hedelmäsalaattia
- Muutakin kuin leipää
- Leivän päälle lisukkeita
- Monipuolisempi välipala
- Useammin vesimelonia
- Useammin porkkanaa ja lanttua



# Mitä ruokia haluaisit pois ruokalistalta?

- Kasvissosekeitto (yht 34kpl)
- Maksalaatikko
- Pinaattikeitto (yht 20kpl)
- Nakkikastike jossa suolakurkkua
- Hernekeitto
- Kasvispihvi
- Makkarastraganoff
- Puurot
- Sitruuna-kalapihvit
- Juuresmuussi
- Hernekeitto
- Keitot
- Kasvisruuat
- Kebab ja ohrahelmet
- Punajuuripihvit
- Pyttipannu
- Tomaattinen jauhelihakastike
- Kanarisotto
- Jauhelihakeitto
- Kuorimattomat perunat
- Kasvisruuat
- Kirjolahikiusaus
- Kanaviillokki
- Salaatinlehdet
- Tonnikalapasta
- Kinkkukiusaus
- Lihakeittoja vähemmän
- Kasvislasagne
- Linssipata
- Linssipasta
- Härkisspaghettivuoka
- Kanakeitto
- Eksoottiset ruoat
- Suolakurkut pois ruoasta

# Mitä ruokia haluaisit pois ruokalistalta? Muita kommentteja ja toiveita

- Listalta pois kasvissosekeitto, hernekeitto ja muita kasvispöperöitä
- Ylikypsät pastaruuat
- Uudet oudot ruokien muutokset pois
- Kasvikset pois lillumasta lämpimän ruuan seasta. Kasvikset voi ottaa erikseen.
- Vegaaniset ruoat siirrettäisiin ainoastaan erikoisruokavaliolinjastolle.
- Kaikki ruoat joista ei erota mitä se on
- Lihapalakangastikkeen kastike on limainen
- Pois kaikki kastikkeet, jotka ovat hyytelömäisiä.
- Kaikki lihangastikkeet. Kastikkeet ovat pahoja, läpinäkyviä ja limaisia.



# Mihin toivoisit erityisiä parannuksia?

- Ruuan laatuun
- Astioiden pesemiseen ja kuivaamiseen
- Ruuan ulkonäköön
- Ettei ruuasta löytyisi hiuksia, muovinpaloja tai muuta mikä ei sinne kuulu
- Makaronin/pastan ylikypsyys
- Välipalan pitäisi riittää kaikille
- On epäreilua, että osa oppilaista saa hyvää, kunnon välipalaa ja toiset joutuvat syömään pelkkää leipää
- Välipalavalvontaan, monet ottavat enemmän kuin saisi ja tämän takia välipalaa ei aina riitä
- Gluteenittomaan ja maidottomaan ruokaan
- Että ruoka riittäisi kaikille
- Perunat ei olisi raakoja
- Salaattiin
- Allergiaruokaan
- Leivän päällisiin ja leipävalikoimaan

# Mihin toivoisit erityisiä parannuksia?

- Pannukakkua hernekeiton kanssa, muutenkin jälkiruokaa vaikka kerran viikossa
- Kevytmaito takaisin
- Että ruoka olisi lämmintä
- Ruuan makuun ja mausteisiin
- Ruoka loppuu kesken ja sen lämmitystä pitää odottaa liian kauan
- Ruoka on huonosti lämmitetty ja perunat mauttomia ja kumimaisia
- Useampia eri ruokia
- Kasvikset erikseen otettavaksi, vähemmän kasviksia ruokiin
- Ruoka usein vetistä
- Panostusta salaatteihin
- ”Jos jokaista oppilasta kohtaan on yli viisi euroa rahaa joka päivä käytettävänä niin pitäisi kyllä saada jotain aikaan. Tai sitten lapsille annetaan se raha mikä käytetään koulu ruokaan itselle ja he saavat valmistaa sen kotona itse sillä viidellä eurolla saa jo jauheliha ja makarooni paketin ostettua että vähän valoja nyt. ”
- Pastillit takaisin
- Unimakkaroissa on rajoitukset, kaikkia ruokia ei saa tarpeeksi

# Mihin toivoisit erityisiä parannuksia?

- Valvontaan, että kaikki ottaa vain sen verran ruokaa mitä saa, että kaikille riittää.
- Enemmän ruokaa silloin kun on hyvää ruokaa
- Maustehyly
- Enemmän leipää
- Että kaikki siivoaisi oman paikan jossa on syönyt jos on tullut sotkua
- ” Että koko ruokalista poistettas ja tehtäis uus ruokalista jostakin ruuasta mikä maistuu joltakin ja että se ei näyttäis biojätteeltä.”
- ” Salaaatin lisääntyminen ja niiden ruokien poisto jota joutuu toisia enemmän roskikseen.”
- Että tarjottimet eivät olisi märkiä.
- Panostusta kasvisvaihtoehtoon
- Perunoihin, perunat lilluvat kylmässä vedessä.
- Kouluruuan rasvaisuuteen
- Proteiinipitoisempia ruokia
- Keitot ovat usein sosemaisina

# Mihin muuta haluaisit sanoa?

- ” Kouluruokaa ei riitä kaikille ja se näyttää huonolta. Tarjottimet ovat märkiä ja astiat likaisia. Kasvissosekeitossa ja puurossa oli paakkuja. Rajoitteet ovat liian pienet (Esim. Makkaraa sai ottaa vain 2kpl vaikka nälkä jää). ”
- Palauttakaa vanhan koulun kouluruuat
- ” Kouluruoka on huonontunut paljon. Mutta ruokalan työntekijät ovat mukavia.”
- ” Hyviä ruokia pitäisi olla enemmän tarjolla. Kasvis lounaat kokonaan pois. Enemmän vesimelonia ja ananasta. Kouluruuan laatu voisi olla parempi, oikein kukaan ei tykkää kouluruuasta koulussamme. Välipalaa enemmän ja leikkeleitä leivän kanssa. Kouluruoka on omasta mielestäni karsean makuista, näköistä ja koostumukseltaan huonoa. Toivon että kouluruokaa muutetaan mahdollisimman pian.”

# Mihin muuta haluaisit sanoa?

- "Ruoka on muka yksi kalleimmista Suomessa, mutta laatu on ihan naurettavan alhainen."
- "Mukava henkilökunta"
- " Ruoan laatu on aika surkeeta ja se on valitettavasti huonontunut jatkuvasti."
- "Rukoilen paremman ja syötävän kouluruoan puolesta sekä tämä kompakysymys "Ruoka on monipuolista, eri ruokalajeja ja makuja." on harhaanjohtava sillä ruoassa on makuja ja monipuolista mutta kenen idea on tunkea ananasta kanan sekaan ja herneitä sekä maissia kiusauksiin???
- " Ruoat voisivat olla yksinkertaisia ja peruslähiruokaa. ei mitään sekavia seoksia."
- " ennen ruuat oli parempia, uuden koulukeskuksen myötä on menty huonompaan suuntaan"
- " Hyvä kun saa ruokaa :)"
- " Keittiö henkilökunta on mukava :) ja osa ruuista on hyviä"

# Mihin muuta haluaisit sanoa?

- "Koulussa saisi olla parempaa ruokaa."
- Toivon että otatte tämän tosissanne, koska ruoka on aivan järkyttävää eikä ihmiset syö sitä sen takia.
- "Panostettaisiin enemmän kouluruokaan ja koulussa olisi erilaisia leipiä ja juustoa ja leikkelettä joka kerta."
- "Vaikka ruokaa söisi paljon, se ei täytä."
- "Aika usein saa tuoda omia eväitä"
- "Jospa edes osa kaikkien toiveista toteutuisi ja kouluruoan taso lähtisi ylöspäin."
- "Ruokalaa voisi siivota useammin, koska siellä on välillä likaiset lattiat ja pöydät."
- "Olisi kiva jos ruuan kanssa olisi kurkkua ja juustoa ja muita leivän päälle laitettavaa."
- "Ruoka ei ole kovin hyvää ja tarvitsemme parannuksia. Kiva ois jos joka kuukausi valittais vähän toive ruokia ja vähän monipuolisempaa ruokaa vähän myös eri kulttuureista."
- "Vanhan koulun ruoat oli parempia."
- "Kiitos ruoasta!"