



7.3.2016

Ravitsemussuosituksia noudattamalla syntyy ekologista ruokaa

WWF palkitsee Kouluruokakilpailussa ilmastoystävällisimmän menun

Ravitsemus ja vastuullisuus kulkevat käsi kädessä kouluruokailussa. – Ruoan ympäristöystävällisyys ei tarkoita edullisuudesta ja herkullisuudesta tinkimistä. Haluamme lisätä tietoisuutta ruoan ympäristövaikutuksista ja kannustaa tekemään ekologisempia valintoja lautaselle, kertoo WWF Suomen pääsihteeri LIISA ROHWEDER. WWF palkitsee ilmastoystävällisimmän menun valtakunnallisen kouluruokakilpailun finaalissa 16.3. Gastro-messuilla Helsingissä.

WWF ja Kouluruokakilpailun järjestäjä Continental Foods Finland kannustavat kouluruoan ammattilaisia tarjoamaan terveellistä ja maukasta ruokaa, jonka valmistuksessa on huomioitu myös ympäristö.

Ympäristöystävällisyydessä kyse on yksinkertaisista arkipäivän valinnoista

– WWF palkitsee kouluruokakisan finaalissa 16.3. ilmastoystävällisimmän ateriakokonaisuuden samalla viikolla vietettävän Earth Hour -ilmastotapahtuman hengessä. Ruoan osuus yksityisen kulutuksen ilmastovaikutuksista on merkittävä, minkä vuoksi ympäristöystävällisyyden kriteerinä käytettiin kilpailussa ruoan ilmastovaikutuksia. Ruoalla on kuitenkin vielä merkittävämpi osuus muun muassa metsäkadon aiheuttajana sekä vesivarojen kuluttajana.

– Palkinnon saa menu, jonka suunnittelussa ja valmistuksessa on otettu huomioon ympäristö, paljastaa Liisa Rohweder.

– Yksinkertaisin mittari on lihan määrä resepteissä. Reseptejä voi kehittää ekologisemmiksi korvaamalla esimerkiksi osan kastikkeen jauhelihasta soija- tai härkäpapuruheella, Rohweder jatkaa.

Järjestäjien yhteisenä tavoitteena on opettaa lapsille hyviä valintoja: nuorena opitut ruokailutottumukset luovat pohjan aikuisiän elintavoille. Terveellinen ja ympäristöystävällinen kouluruoka antaa eväitä pitkälle elämään.

”Pienillä teoilla on suuri vaikutus”

WWF:n mukaan ruoan ympäristövaikutuksia voidaan vähentää huomattavasti kolmella käytännön teolla: korvaamalla osan lihasta kasviksilla, vähentämällä ruokajätettä ja suosimalla vastuullisesti tuotettuja elintarvikkeita.

– Suomalaiset kuluttavat ravintosuosituksia enemmän punaista lihaa. Tämän vuoksi lihan kulutus voisi kouluissa pysyä jopa suosituksia matalammalla tasolla. Lihaa ei tarvitse jättää kokonaan pois, jotta ruokaa voisi kutsua vastuulliseksi ja ympäristöystävälliseksi. Monesti riittää vastuullisemmin tuotetun ja laadukkaamman vaihtoehdon valinta, sanoo **Mia Kettunen** Continental Foods Finlandilta.

– Jo noudattamalla ravitsemussuosituksia, siis valitsemalla lautaselle entistä useammin kasviksia ja kestävästi pyydettyä kalaa lihan sijaan, voi tehdä merkittävän ilmastoteon, vinkkaa Rohweder.

Kouluruokailulla on merkittävä rooli ympäristöystävällisten ruokailutottumusten kehittämisessä. Siksi olisi Rohwederin mukaan hienoa, että koululounaalla tarjottaisiin päivittäin täysipainoisesti koostettu kasvis- tai kala-ateria liha-aterian vaihtoehtona.

WWF palkitsee ilmastoystävällisimmän ateriakokonaisuuden Kouluruokakilpailun finaalissa, joka käydään 16.3. klo 10–13 Gastro-messuilla, Helsingin Messukeskuksessa.

Earth Hour nostaa esiin ruoan ilmastovaikutukset ja kannustaa korvaamaan osan lihasta kasviksilla ja kestävästi pyydetyllä kalalla. Maailman suurin kynttiläillallinen lauantaina 19.3. klo 20.30–21.30.

Lisätietoja kilpailusta ja finalisteista osoitteesta www.parempaakouluruokaa.fi/materiaali

Lisätiedot:

Mia Kettunen
IsoMitta / Continental Foods Finland
puh. 040 567 4596
mia_kettunen@continentalfoods.eu
www.parempaakouluruokaa.fi

Liisa Rohweder
WWF
puh. 040 840 7461
liisa.rohweder@wwf.fi
www.wwf.fi
www.earthhour.fi

Kilpailun järjestää Continental Foods Finland Oy / IsoMitta