

Atria®

PERHETILOILTA VUODESTA 1903

HYVÄ KOULURUOKA PAREMPI MIELI

Vain syöty ruoka ravitsee



VAIN SYÖTY RUOKA RAVITSEE

Ruoka vaikuttaa suuresti kasvavien lasten ja nuorten hyvinvointiin ja terveyteen. Vain syöty ruoka ravitsee – jos ruoka jää lautaselle, oppilaiden on selviydyttävä päivästä ilman riittävää energiaa. Yhdessä varmistamme, ettei näin tapahdu! Hyvä maku ei ole kiinni vain käytettävissä olevasta budjetista.



KUN SYÖ SÄÄNNÖLLISESTI, JAKSAA PAREMMIN

Epäsäännöllinen ateriarytmi on merkittävä haaste lasten ja nuorten ruokailutottumuksissa. Alakoululaisilla on säännöllisempi ateriarytmi kuin yläkoululaisilla, joilla aamupalan ja koululounaan väliin jättäminen on yleisempää. Koululounaalla oppilaat harvoin syövät kaikki osat aterialta – siksi suositeltu 1/3 päivän energiansaannista ei täyty.

Välipaloja syödään harvoin koulussa, ja silloin kun syödään, ne tuodaan usein kotoa tai hankitaan koulun ulkopuolelta. Alakouluikäisistä pojista joka viides ei syö välipalaa arki-

päivisin, kun taas joka kymmenes syö viisi tai enemmän välipaloja päivässä. Vain viidennes oppilaista syö välipaloilla kasviksia tai hedelmiä.

Oppilaiden ruokavalio sisältää liian vähän kasviksia, kuitua ja pehmeää rasvaa, mutta liikaa suolaa, kovaa rasvaa ja lisättyä sokeria. Vanhempien korkeampi koulutustausta on yhteydessä terveellisempiin ruokailutottumuksiin lapsilla.

3–4 tunnin ateriarytmi edistää hyvinvointia. Tutkimusten mukaan säännöllinen ateriarytmi liittyy terveellisiin ruokavalintoihin ja normaaliin painoon. Tytöistä 34 % ja pojista 45 % syö aamupalan, koululounaan, päivällisen ja iltapalan päivittäin. Aterioiden väliin jättäminen on kuitenkin yleinen ongelma.

KOULUSSA TARJOTTAVAT VÄLI- PALAT VAIHTELEVAT

Kattava koululounas ja välkyt välipalat 2021 tutkimuksen mukaan vain 10 % oppilaista syö päivittäin täysipainoisen koululounaan. Koulussa tarjottavat välipalat vaihtelevat kuntien ja koulujen välillä, mikä asettaa oppilaat eriarvoiseen asemaan. Vain 25 % kunnista tarjoaa maksuttoman välipalan koulupäivien kestäessä yli kolme tuntia lounaan jälkeen. Tyypillisin välipala sisältää juoman ja näkkileivän levitteellä.

Koulujen kerhoissa tarjotut välipalat ovat todennäköisemmin täysipainoisia. Maksulliset välipalat voivat sisältää runsaasti suolaa, rasvaa ja lisättyä sokeria.

Tarjoa välkkyjä välipaloja

Välipalat täydentävät ja tasoittavat energiatarvetta sekä ylläpitävät ateriarytmiä, jolloin aterioiden välit eivät kasva liian suuriksi. Ruokailujen väli ei saisi ylittyä kolmen tunnin mittaisiksi. Kun ateriarytmi on sopiva, napostelun määrä vähenee. Mutta vain harva koululainen syö ravitsemuksellisesti hyviä ja terveellisiä välipaloja aterioiden välissä.

Atria Foodservicen välipalatuotteilla on Sydänmerkki – ne ohjaavat koululaisia parempien valintojen pariin. Esimerkiksi Kana- ja kasvitaskuilla sekä Grahamlihapiiirakoilla rakennat välipalokokonaisuuden vaivattomasti. Kun vielä tarjoat lisäksi kasviksia sekä hedelmän tai marjoja, pysyvät koululaiset ja opiskelijat välkkyinä koko pitkän päivän!



RATKaisevaa on halu valmistaa herkullista ruokaa!

Suomalaisten ruokatottumukset ovat parantuneet viime vuosikymmeninä, mutta haasteina ovat edelleen liian suuri suolan ja tyydyttyneen rasvan sekä pieni kuidun saanti. Ruokavaliomme haasteita ovat suosituksia pienempi kasvisten, marjojen ja hedelmien kulutus ja erityisesti miehillä runsas punaisen lihan ja lihavalmisteen kulutus.

Ravitsemussuosituksen tavoitteena on edistää kansanterveyttä ravitsemuksen avulla. Uudistuneet suositukset luovat pohjan toiminalle terveydenhuollossa,

Uudet kansalliset ravitsemussuosituksiset – näin ne muuttuivat

Uusissa ravitsemussuosituksissa keskeistä on ravitsemuksellinen riittävyys ja ruokavaliion terveysvaikutukset. Terveysvaikutukset ovat ravitsemussuosituksissa ensisijaisia, mutta uudet suositukset korostavat entistä vahvemmin ruokavaliion ympäristövaikutuksia. Uudet kansalliset ravitsemussuosituksiset ohjaavat kohti kasvipainotteisempaa ruokavaliota.

Suosittelava ruokavaliio on monipuolinen, vaihteleva, kohtuullinen ja nautittava – ruokailoa unohtamatta!

Tarkastele elintarvikehankintoja, ruokaohjeita ja ruokalistoja uusien suositusten pohjalta ja tee niihin tarvittavat muutokset.

toimivat perustana ruokapalveluiden kehittämässä ja ateriasuunnittelussa sekä ravitsemusterveyden edistämässä. Ruokapalvelut ovat avainroolissa tuomassa väestölle uusien ravitsemussuosituksen mukaista ruokaa.

Tämä haastaa ruokapalvelutuottajat uudistamaan omaa tarjontaansa. Ruokapalvelut voivat vaikuttaa ihmisten ruokavalintoihin ja opettaa uusia makuja – samalla myös uusien suositusten mukainen syöminen tulee tutuksi!

Huomaa, että suositukset sisältävät sekä kodin ulkopuolella että kotona nautitun ruoan.

Suosi kotimaista järvikalaa ja muita ekologisesti kestäviä kalavaihtoehtoja. Puolet 300-450 gramman viikkosuosituksesta olisi hyvä olla rasvaista kalaa, kuten silakkaa, muikkua, siikaa ja kirjolohta.

Mieti, voitko hieman vähentää punaisen lihan ja lihajalosteiden käyttöä aikaisempaan suositukseen nähden. Palkokasvien, täysjyväviljan, vihannesten kuten myös juuresten, siementen ja pähkinöiden sekä ympäristön kannalta kestävien kasvisvaihtoehtojen määrää voit lisätä.



MIKÄ MUUTTUI RAVITSEMUSSUOSITUKSISSA

Punaista lihaa 350 g viikossa

Prosessoitua lihaa mahdollisimman vähän

Kalaa 300-450 g viikossa eli 2-3 aterialla

Kananmunia kohtuullisesti, korkeintaan 1 kananmuna päivässä

Kasviksia, hedelmiä ja marjoja 500-800 g päivässä, josta noin puolet vihanneksia ja juureksia

Palkokasveja 50-100 g päivässä



SYDÄNMERKKI – HELPPO TAPA TARJOTA TERVEELLISEMPIÄ VAIHTOEHTOJA

Sydänmerkki-ateria on täydellinen ateriakokonaisuus, joka sisältää pääruoan, lisäkkeet, kasvikset öljykastikkeineen ja ruokajuoman.

Sydänmerkki takaa parhaan mahdollisen ravitsemuslaadun ja sopivan energian ja ravintoaineiden suhteen. Sydänmerkki-ateria auttaa myös vähentämään aterian jälkeistä väsymystä ja parantaa työvireyttä ja tarkkaavaisuutta.

Yksittäinen ateria on suositusten mukainen ja täysipainoinen, kun se sisältää

- Korkealaatuista kasviproteiinia, kalaa, siipikarjaa, kananmuna tai punaista lihaa sisältävän pääruoan
- Kuitupitoisen energialisäkkeen, kasvislisäkkeen, kasviöljyn tai öljypohjaisen salaattinkastikkeen
- Ruokajuoman
- Runsaskuituisen ja vähäsuolaisen leivän
- Kasvirasvaväitteen

Atrialla on tarjota peräti
85 Sydänmerkki-tuotetta.
Sydänmerkki-aterioita löytyy myös
runsaasti ja lisää on tulossa!



Sydänmerkki



MITEN VOIT TOIMIA VASTUULLISEMMIN

Kysy ajantasaista kestävyystietoa käyttämiltäsi toimittajilta ja pienennä tarjoamiesi aterioiden ilmastovaikutuksia ruokalista- ja raaka-aine valinnoillasi. Samalla kehität ravitsemuksellisesti laadukkaita ja ilmastoystävällisiä aterioita ja tulet käyttäneeksi laadukkaita elintarvikkeita!

Koska ruoantuotanto on yksi suurimmista ilmasto- ja ympäristövaikutuksia aiheuttavista tekijöistä, on ammattilaisten kannettava oma kortensa yhteiseksi hyväksi. Kun toimit vastuullisesti, tarjoat ruokasuositusten mukaista ruokaa sekä edistät hyvää ravitsemusta, ruokaturvallisuutta, ruokakasvatusta ja ympäristöystävällistä tuotantoa.

HUOMIOI VASTUULLISUUS!

- 1 Ruokalistasuunnittelussa**
- 2 Raaka-aineiden valinnassa**
- 3 Elintarvikehankinnoissa**
- 4 Hävikin hallinnassa**



1

SUUNNITTELE JOUSTAVA, MAISTUVA, HOUKUTTELEVA JA VAIHTELEVA RUOKALISTA

Haluatko parantaa keittiösi kustannustehokkuutta? Joustavat ruokalistasivat ratkaisu!

Joustavan runkolistan avulla voit tehdä nopeita muutoksia ruokalistaan, olipa kyseessä äkilliset raaka-ainemuutokset, sesongit tai teemaviikot. Ja jos edelliseltä päivältä on jäänyt asianmukaisesti jäädytettyjä ruokia ja raaka-aineita, on niiden hyödyntäminen ja rahan säästäminen helppoa.

MITÄ RAVITSEMUSSUOSITUKSET TÄYTTÄVÄLLÄ RUOKALISTALLA PITÄISI OLLA?

Jotta ruoka tulisi syötyä, on syytä kuunnella koululaisia ja nostaa listalle heidän ruokasuosikkinsa, ravitsemussuositusten mukaan rakennettuna tottakai! Ruokalista voi olla esimerkiksi tällainen:

1 liha-ateria • 1 kana-ateria • 1-2 kala-ateriaa • 1-2 kasvisateriaa

Mutta joustavat ruokalistasivat ainoastaan paranna kustannustehokkuutta, vaan myös helpottavat työaikajärjestelyjä ja tuotannon muutoksia. Kun otat joustavat ruokalistasivat vararuokalistasivat käyttöön, huomaat eron keittiösi toiminnassa.

Joustavat ruokalistasivat tuovat tehokkuutta, joustavuutta ja säästöjä – kaikkea yhdessä!

SELVITIMME SUOSITUIMMAT KOULURUOAT – TÄSSÄ TOP 10

Näistä koululaiset tykkäävät...

Kalapuikoista
Pinaattihukaisista
Puurosta
Makaronilaatikosta
Lasagnesta
Kanmaruoista
Uunimakkarasta
Pyttipannusta
Lihapyöryköistä
Tortilloista

...ja näitä Atrialta löytyy!

Atria Kalapyörykkä (600221), lohimurekepihvi (6528), järvikalapihvi (600188)
Atria Pinaattihukaiset (5614)
Atria Riisipuuro (6892)
Kypsä Nauta-Kasviproteiinijauheliha (615188)
Kypsä Nauta-Kasviproteiinijauheliha (615188)
Kaikki Atria-kanatuotteet
Atria Sydänmerkki uunimakkara (7311)
Atria Eggiepala (617300)
Atria Vegepyörykkä (5567)
Kypsä Nauta-Kasviproteiinijauheliha (615188)

HYVÄ MAKU JA MENEKKI ALKAA RESEPTTIKASTA!

Käytä vain testattuja reseptejä – näin varmistat, että lapset ja nuoret löytävät listalta suosikkinsa. Kun vielä valitset 5 viikon kiertävälle ruokalistasivalle oikeita tuotteita, on menekki taattu.

Tästä tärpit valintaan ja käyttöön

- Ota ruokalistasuunnittelussa huomioon raaka-aineiden valinnassa korvattavuus – tämä antaa liikkumavaraa jos jotain raaka-ainetta syystä tai toisesta puuttuu.
- Käytä kotimaisia satokauden kasviksia ja juureksia lisäämään täyteläistä makua ruokaan. Muista, että satokauden tuotteita on rajatusti, mutta lähialueen tuottajilta kannattaa aina kysyä. Myös toimitusmatkat lyhenevät! Lisää Sydänmerkki-kriteerit täyttäviä tuotteita jokaiseen ruokaryhmään valmistusmenetelmäsi riippumatta.
- Suosi irtopakastettuja tuotteita, koska ne ovat nopeita ja helppoja käyttää tarpeen ja käyttöajankohdan mukaan. Säästät vaivaa ja resursseja tilausprosesseissa ja tilaa varastoinnissa. Lisäksi voit hyödyntää samaa tuotetta muissakin resepteissä.
- Pidä kylmävalmistuksen ruokamassa kylmänä irtopakasteilla!
- Lisää pakkauksen liemi ruokaan, saat helposti enemmän täyteläisyyttä ilman ylimääräistä suolaa.



MAUSTAMALLA VIELÄKIN PAREMPAA MAKUA

Ruokasalin ulkopuolelle kantautuvat tuoksut herättävät mielenkiintoa ja kiinnostusta päivän lounashetkeen. Hyvältä maistuva ruoka on yhdistelmä perusmakuja, ja maustamisella on suuri merkitys ruoan houkuttelevuuteen. Maustaminen luo ensivaikutelman ruoasta jo ruokalistasivalle – se lisää myös ruokahalua ja ruokailoa.

Hyvän maun komponentit:

Makea: Makeutta ruokaan saat hunajalla, kuivatuilla hedelmillä ja hedelmämeheillä. Myös hedelmät ja kasvikset, kuten porkkana, bataatti ja omena, tuovat makeutta ruokaan. Näitä on helppo käyttää soseina, ja paahtamalla juuresten ja kasvien luontainen sokeri nousee parhaiten esiin. Makeuden lisäksi juurekset tuovat ruokaan rakennetta, väriä ja kontrastia.

Hapan: Viimeistele maku hapolla, esimerkiksi sitrusmehuilla, etikoilla ja balsamicokastikkeilla. Happamuutta saat myös piparjuureista ja kurkumasta – kurkuma tuo myös kauniin keltaista väriä ruokaan. Hapolla tasapainottaa makeutta ja ruoassa olevaa rasvaisuutta ja suolaa.

Umami: Lisää ruokaan luonnostaan umamia sisältäviä raaka-aineita, kuten tomaattia, sieniä, suolatonta soijakastiketta tai lihalientä, korostaaksesi ruoan herkullisuutta. Misotahna on myös hyvä umamin lähde, valmistettu fermentoiduista soijapavuista.

Rasva: Rasva on tärkeä osa maustamista, tasapainottaen kokonaisuutta siten, että mikään raaka-aine ei korostu liikaa. Käytä kasvipohjaisia öljyjä ja margariineja, jotka voimistavat makuja lisäämättä suolaa.

ESILLEPANO OHJAA VALINTOIHIN

Varmista, että koululainen ottaa lautaselleen mahdollisimman monta aterian osaa. Lounaspöydän vaihtoehdot asetellaan komponentteittain, jolloin kokonaisuus on helpompi hahmottaa, eikä mikään komponentti nouse esiin yksistään. Monipuolinen valikoima rohkaisee kokeilemaan ja maistamaan.

Lisää värillä houkuttelevuutta

Värit tuovat ruokailoa ja tekevät kokemuksesta positiivisen. Varmista, että ruoka-annos sisältää monipuolisesti värejä kasviksista, juureksista, pavuista ja herneistä. Kirkkaat ja neutraalit värit houkuttelevat ja kannustavat maistamaan ruokaa. Punaisia ja keltaisia kuivamausteita, kuten paprikaa, chiliä, currya ja kurkumaa, kannattaa esikäsittellä kuullottamalla öljyssä, jotta saat mausteista irti kaikki aromit ja maut lisäämättä suolaa.

2

VALITSE OIKEAT RAAKA-AINEET

Raaka-aineilla on suuri merkitys ruoan houkuttelevuuteen. Lisäksi raaka-aineiden on kestävä ruoanvalmistusta, kypsennystä ja lämpösäilytystä sekä jäähdytystä.

Meiltä saat kouluruoan kriteereihin sopivia, turvallisia sekä ravitsemussuosittelusten mukaiset raaka-aineet ja valmiit ruokatuotteet. Valmiiksi kypsennetyt ja kustannustehokkaat tuotteemme säästävät keittiöresurssejasi ja henkilöstöä – vähemmän työtä, vähemmän kulutettua energiaa, pienemmät laitekulut! Suunnittelemme kypsennysprosessit jokaiselle tuotteelle erikseen, jotta lopputulos olisi aina paras mahdollinen.

RAAKA-AINEIDEN VALINNASSA HYVÄ HUOMIOIDA

**Maku • Rakenne • Väri • Käytettävyys
Ravitsemussuosittelukset • Sydänmerkki**

RUOAN RAKENTEELLA ON VÄLIÄ

Miltä ruoka tuntuu suussa ja millainen on suutuntuma? Se on olennaista kokonaisvaltaisen ruokakokemuksen kannalta.

Oikealla ruoan kypsennysasteella on suuri merkitys. Se vaikuttaa rakenteeseen sekä ravintoaineiden ja vitamiinien säilymiseen, mutta myös mehukkuuteen ja houkuttelevuuteen linjastossa. Lisäksi kypsennysväikö vähenee ja rahaa säästyy.

Kiinnitä huomiota ruoan rakenteeseen

Kypsennä ruoka aina työohjeen mukaan – tällä on suuri vaikutus makuun ja ulkonäköön. Älä kypsennä enempää kuin on välttämätöntä, sillä ylikypsennys hajottaa makuaineita ja vähentää niiden ominaisuuksia. Kiinnitä huomiota lounaslinjastolla tarjolla olevan ruoan rakenteeseen, sillä se vaikuttaa merkittävästi ruokailijoiden kokemukseen ja tyytyväisyyteen.

MILLAISTA PROTEIINIA TARJOAT?

Terveellinen ja ilmastoystävällinen ruokavalio löytyy eläin- ja kasvipärisen ruokavalion välimaastosta.

Liha kuuluu monipuoliseen ruokavalioon. Kaikesta julkisesta keskustelusta huolimatta liha on erinomainen ravintoaineiden lähde. Lihassa on esimerkiksi proteiinia, rautaa, sinkkiä ja B12-vitamiinia. Siksi siitä ei kannata tyystin luopua, mutta lihan määrää voi maltillistaa lautasella ja samalla lisätä kasvien osuutta.

Liha- ja kasvisruokien maku ja rakenne ovat usein erilaisia – tämä saattaa olla liharuokaan tottuneelle koululaiselle iso kynnys. Koska liha- ja kasvisruokien yhdistelmät eli hybridituotteet ovat rakenteeltaan tutumpia, on niiden avulla mahdollista lisätä kasvien määrää. Monikäyttöisten hybridituotteiden avulla täydennät ruokalistasi vaivattomasti vastaamaan ravitsemussuosituksia.

VALITTAVANASI OLEVAT PROTEIININLÄHTEET

**Liha • Kana
Kala • Kasvikset
Hybridiproteiinit**

Atrialta löydät vaihtoehdon kaikkiin!

3

VASTUULLISUUS JA ATRIA

Vastuullinen ruoantuotanto alkaa maailoilta ja jatkuu läpi koko kotimaisen ruokaketjun aina kotikeittiöihin asti. Valitsemalla suomalaista ruokaa teet vastuullisen ruokavalinnan.

Olemme tehneet ruokaa yli sata vuotta ja haluamme tehdä sitä tulevaisuudessakin. Siksi toimimme maapalloa, ihmisiä ja ruokaa kunnioittaen. Tärkein tavoitteemme on aidosti hiilineutraali ruokaketju, ja sen saavuttamiseksi etsimme koko ajan uusia ratkaisuja.

RUOKAKETJUN VASTUULLISUUTEEN KUULUU:

**Ympäristö • Eläinten hyvinvointi • Ravitsemus • Työhyvinvointi
Taloudellinen vastuu • Tuoteturvallisuus • Paikallisuus**

Vastuullisuuden nimissä ei voi kehittää yhtä ottamatta huomioon myös muita – vastuullisuus edellyttää tasapainoilua eri ulottuvuuksien kesken.

Suomalaiset tuottajat ovat koulutettuja ammattilaisia, joille eläinten hyvinvointi on paitsi sydämen asia myös toimeentulon edellytys. Elinkeinon itsensä määrittelemät hyvät toimintatavat sekä lakisääteisen tason osin ylittävät tuotantoeläinten terveyttä edistävät järjestelmät tukevat tiloilla tehtävää päivittäistä työtä.

Atrialla eläimiä ei lääkitä antibiooteilla varmuuden vuoksi tai kasvun edistämiseksi. Suomi onkin vähiten antibioottia käyttävien maiden joukossa. Tuottajien ja elintarviketeollisuuden vastuullisten toimintatapojen vuoksi antibioottijäämiä ei päädy suomalaisia tuotteita valitsevien kuluttajien lautasille.

Käyttämämme liha on aina peräisin suomalaisilta perhetiloilta. Kun valitset Atria-tuotteita, voit olla varma että ruoka vastuullisesti, niin ympäristöä kuin eläimiä kunnioittaen tuotettua.

LUE LISÄÄ VASTUULLISUUDEN
TEEMOISTAMME



Suomalaista, vastuullisesti tuotettua ruokaa



NÄIN ATRIA TÄYTTÄÄ VASTUULLISESTI TUOTETUN LIHAN KRITTEERIT*

	SIANLIHA		SIIPIKARJANLIHA		NAUDANLIHA	
	perustaso	edelläkävijä	perustaso	edelläkävijä	perustaso	edelläkävijä
Alkuperä ja jäljitettävyyys		×		×	×	
Salmonellavapaus		×		×		×
Mikrobilääkkeiden käyttö	×		×		×	
Hännänpurenta	×					
Terveydenhuollotoimet					×	
Jalkapohjatulehdusarviointi				×		
Nokkien typistäminen			×			
Tuotantotapa			×			
Eläinten tainnutus ennen teurastusta	×		×		×	
Soijan käyttö eläinrehussa		×		×		×
Palmuöljyn käyttö eläinrehuna		×		×		×
Kuljetukset ja pakkaukset					×	
Energiätehokkuuden tehostamissuunnitelma		×		×		×
Työ- ja ihmisoikeudet		×		×		×
Hankinnoilla työllistäminen						
Jatkuva juomaveden saanti	×		×		×	
Vastuullisuusohjelma ja raportointi		×		×		×
Elintarvikkeen jalostajan energia- tehokkuuden tehostamissuunnitelma		×		×		×
Kivunlievitys kastraatiassa		×				
Palmuöljynkäyttö eläinrehuna		×			×	
Soijan käytön vähentäminen ja sertifioidun soijan käyttö		×		×	×	
Vapaa liikkuminen				×		

* Motiva - Opas vastuullisiin elintarvikkehankintoihin - suosituksia vaatimuksiksi ja vertailukriteereiksi 2023



4

VINKIT HÄVIKIN HALLINTAAN

Ruokahävikin vähentäminen julkisessa ruokapalvelussa on tärkeää sekä taloudellisesti että ympäristön kannalta.

Seuraa hävikkiä

Vain säännöllisellä mittaamisella ja analysoinnilla voit tunnistaa, missä vaiheessa hävikkiä syntyy ja miten sitä voisi vähentää.

Hallitse varastoja

Näin varmistat, että vanhimmat tuotteet käytetään ensin.

Suunnittele ja ennakoiki tarkasti

Ruokalistojen ja annosmäärien tarkka suunnittelu vähentää ylimääräisen ruoan valmistusta.

Osallista ruokailijat

Kannusta heitä ottamaan vain sen verran ruokaa kuin jaksavat syödä – lisää voi aina hakea.

Kouluta ja lisää tietoisuutta

Kun henkilökuntasi tunnistaa ja tietää ruokahävikin vaikutukset ja vähentämiskeinot, on heillä työkalut asiaan puuttumiseen.

Näiden lisäksi myös perusasioiden on oltava kunnossa. Reseptiikan ja valmistusohjeiden tulee olla olemassa ja niitä tulee noudattaa – selkeät ja testatut ohjeet vähentävät virheitä. Suunnittelemasi ruokalistan on tarjottava sopivasti vaihtoehtoja, jotta raaka-aineita voidaan hyödyntää tehokkaasti.

Voit hallita ruokahävikkiä myös raaka-ainevalintojen ja ruoanvalmistusmenetelmien avulla. Esimerkiksi säilykkeiden ja pakasteiden pitkät hyllyiät antavat pelivaraa hyödyntää raaka-aineet ennen viimeistä käyttöpäivää.

Monikäyttöiset tuotteet ja sopivat pakkauskoot ovat tehokkaita keinoja hävikin vähentämisessä.



MAISTUVAN KOULURUOAN RESEPTIT

Autamme sinua valmistamaan laadukkaista raaka-aineista ravitsemussuositusten mukaista kouluruokaa, joka on sekä houkuttelevaa että maukasta. Tutustu uusiin resepteihimme ja löydä lisää herkullisia vaihtoehtoja verkkosivuiltamme, joilla on viiden viikon kiertävä ruokalista täynnä maistuvia reseptejä.



Kiertävä lounaslista -työkalu

Atria®

PERHETILOILTA VUODESTA 1903

Atria Foodservice

PL 900, 60060 Atria
Vaihde puh. 020 472 8111

Foodservice -myynti
puh. 010 316 8712, 0800 198 500



WWW.ATRIAAMMATTILAISET.FI/FOODSERVICE

 [atriafoodservicesuomi](https://www.facebook.com/atriafoodservicesuomi)

 [atriafoodservice_suomi](https://www.instagram.com/atriafoodservice_suomi)

 [Atria Foodservice](https://www.youtube.com/Atria Foodservice)