

5.5.3 Kouluruokailu

Erityisdieetit

Oppilas on koulussa turvallisessa oppimisympäristössä ja hänelle tarjotaan kouluruokailu osana oppilashuoltoa. Joskus esimerkiksi terveydelliset syyt edellyttävät varsinaisesta ruokalistasta poikkeavaa ruokailua. Lapsen allergian, eettisyyden tai uskonnon erityistarpeita otetaan huomioon hänen koulutyötään ja ruokailuaan suunniteltaessa kunnan tai koulun toimintaperiaatteiden mukaan.

Erityisdieetti toteutetaan siinä muodossa kuin kouluun toimitettu oppilaan ruokavaliosuunnitelma, kiellettyjen ruoka-aineiden kokonaisuus tai lääkärintodistus edellyttää. Erityisannoksista on yleensä saatavilla ruoka-aineluettelot, joista nähdään, sopiiko annos omaan ruokavalioon. Tavoitteena on, että perusruokavalio sopii sellaisenaan tai pienin muutoksin mahdollisimman monelle.

Perusruokavaliosta poikkeavien ruokavalioiden täsmällinen ja turvallinen toteutus koulun ruokahuollossa edellyttää tietoja sekä oppilaasta että tarvittavan ruokavalion toteuttamisesta. Lääkärin, ravitsemusterapeutin tai terveydenhoitajan antama lausunto on välttämätön silloin, kun tarvitaan ruokavalio sairauden hoitoon tai muun terveydellisen syyn johdosta.

Ohjaus

Perusopetuslaki velvoittaa ohjaamaan kouluruokailua. Ruokailutilanne on hyvinvoinnin päivittäinen oppimisympäristö. Ohjaus on ikäkauden huomioon ottavaa ruokakasvatusta, joka tukee oppilaiden myönteistä kokemusta kouluruokailusta, kehittää ruokaosaamista ja tukee myös kuluttajatietoisuuden kehittymistä. Aterioinnin yhteydessä oppilaita voidaan ohjata hyvään, toisia kunnioittavaan ja ruokaa ja ruokailua arvostavaan käytökseen. Heitä kannustetaan valitsemaan suositusten mukaisesti koostettuja ja kohtuullisen kokoisia aterioita.

Koko henkilökunta ohjaa ruokailutilanteita.. Ruokakasvattajan roolinsa tiedostavat aikuiset kannustavat oppilaita sekä syömään monipuolisemmin että käyttäytymään ruokailutilanteessa asianmukaisesti.

Viihtyisä ja kiireetön tunnelma

Ei pidä unohtaa myöskään ruokailuympäristön viihtyisyyden merkitystä: onhan mukavampi aterioida meluttomassa ja kutsuvassa ruokalassa kuin hälyisessä ja kolkossa. Kun ruokailuhetki saa ansaitsemansa arvon, myös hyvien tapojen noudattaminen on luontevaa.

Välipalat koulussa

Kouluateria tarjotaan oppilaan koulupäivän rytmiin sopivasti. Välipalan toteutuksen vaihtoehtoja ovat koulusta saatava maksuton tai maksullinen välipala tai kotoa tuodut eväät. Aamu- ja iltapäivätoimintaan osallistuvalla oppilaalla tarjotaan välipala toiminnan yhteydessä aina.

Kouluissa ja oppilaitoksissa tulee olla maksuton, hygieeninen ja helppo mahdollisuus juoda puhdasta, raikasta vettä myös muuna kuin aterioiden tarjoiluajankohtina.