

Valtuustoaloite 26.5.2025 Lasten kouluruoan valmistaminen terveellisemmin ja ravitsevammin, uusista kasallisista ruokasuosituksista irrallaan

Kunnanvaltuusto 26.05.2025 § 43
454/12.01.03.00/2025

Perussuomalaisten valtuustoryhmä ja muut allekirjoittaneet esittivät seuraavan valtuustoaloitteen kokouksessa 26.5.2025:

"Mäntsälän Perussuomalaisten valtuutetut sekä muut allekirjoittaneet esittävät tämän valtuustoaloitteen kunnanvaltuuston kokouksessa 26.5.2025.

Me allekirjoittaneet esitämme, että Mäntsälän kunnan Ateriapalvelu **irtautuu uusimpien ruokasuositusten noudattamisesta valmistamansa ruoan osalta, ja pyrkii parhaansa mukaan varmistamaan ruoan terveellisyyden ravintotieteellisin perustein.** Valtuustoaloite päätettiin tehdä, sillä nykyisiä ravintosuosituksia ei ole laadittu pelkästään ravinnon terveellisyys priorisoiden, vaan mukaan on tullut enenevässä määrin ruokateollisuuden tavoitteita ja ilmastopolitiikkaa, jonka seurauksena **ruokasuositukset eivät edusta enää terveellisen ruoan parasta käytäntöä** – varsinkaan kehittyvässä iässä oleville lapsille.

KESKEISIÄ OSA-ALUEITA, OIHIN HALUAMME KIINNITTÄÄ HUOMIOTA:

Rasvaton maito: Rasvaton maito on teollisuuden raskaasti prosessoitu ylijäämäjäte, joka jää jäljelle, kun arvokkaat jakeet on erotettu maidosta kalliimmiksi tuotteiksi. Sinertävä neste värjätään valkoiseksi, ja d-vitamiinipitoisuus palautetaan alkuperäiselle tasolle. Rasvattoman "maidon" on todettu aiheuttavan mm. allergiaa, ylipainoa ja aknea. Luonnollisen maitorasvan sen sijaan on todettu olevan aivojen ja verenkiertoelimistön terveyttä edistävä ravintoaine ja se sopii useammalle kuin prosessoitu rasvaton maito.

Punaisen lihan ei ole yhdessäkään vertaisarvioidussa tutkimuksessa todettu lisäävän suolistosyöpää tai muita sairauksia. Sen sijaan punaisen lihan ja luonnollisen maidon proteiinien on todettu suojaavan suolistoa kasvaimilta. Punainen liha on keskeinen ravintoaine ja aminohappojen lähde kehitysiässä oleville lapsille.

Runsas hiilihydraatin (sis. sokeri) määrä ravintosuosituksissa aiheuttavat kehon yleistulehdustilan ja verensokerin heilahtelua, jonka on todettu olevan keskeinen syy metabolisen oireyhtymän ja 2-tyypin diabeteksen kehittymisessä. Epävakaa verensokeri kovettaa myös valtimoita ja aiheuttaa muita sydän- ja verenkiertoelimistön sairauksia. Epävakaa verensokeri aiheuttaa myös rauhattomuutta.

Ravintosisällöstä puhuttaessa huomio keskittyy **makroravinteiden** eli proteiinin, hiilihydraatin ja rasvan oikeaan määrään. Se ei riitä. Näiden makroravinteiden tulee olla luonnollisia, ei prosessoituja. Margariinin kemiallisesti kovetettu, heksaanijäämiä sisältävä vaihtoesteröity kasviöljy, jota ei luonnossa normaalisti esiinny, on terveysvaikutuksiltaan huomattavasti huonompaa, kuin luonnollisen voin maitorasva. "Korvikeproteiinit", kuten soijaproteiini ei ole

ainoastaan proteiinia. Soijaproteiinin on todettu sekoittavan miesten testosteronitasoja, joka on varsinkin kasvuikäisille pojille haitallista

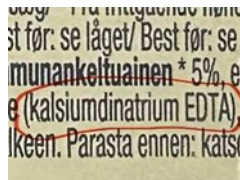
Lisä- tai täyteaineiden käyttöä ei erikseen rajoiteta ravintosuosituksissa. Lisäaineet on pääsääntöisesti kehitetty ruokateollisuuden liiketoiminnan tarpeista, parantamaan esim. makua, säilyvyyttä, ulkonäköä tai kustannustehokkuutta. **Lisäaineita ei pääsääntöisesti koskaan lisätä ruoan terveellisuuden parantamiseksi!** Kääntöpuolella esimerkki erään majoneesin lisäaineistuksesta.

Periaatteena maailman parasta kouluruokaa

Hankkeessa toimii pilottina päiväkotij- ja kouluruokailu Hyökännummen koululla, jossa valmistetaan n. 500 annosta päivässä. Luomuttamisessa ovat innolla mukana myös kyseisen koulun rehtori sekä päiväkohdin johtaja. Hankkeessa mukana oleminen sopiikin hyvin ruokapalvelulle, jonka toimintaperiaate on ”maailman parasta kouluruokaa”.

”Olemme mahdollistamassa arjen sujumisen koulu ja päiväkotikohteissa asiakkaita ehdoilla”, kertoo Terhi Marttinen.

Kuva 1: Ote Mäntsälää koskevasta artikkelista www.luomuravintola.fi -sivulla



Käyttöturvallisuus [muokkaa | muokkaa wikitekstiä]

EDTA aiheuttaa hengitettynä hengenahdistusta ja nieltynä huonoa oloa. Kuumentuessaan aine hajoaa, jolloin syntyy muun muassa [typen oksideja](#).^[3] EDTA:n epäillään myös aiheuttavan silmä-ärsytystä. EDTA imeytyy ihon kautta äärimmäisen heikosti. Lisäksi se metaboloituu vain vähän ja poistuu elimistöstä nopeasti.^[10]

Ympäristövaikutukset [muokkaa | muokkaa wikitekstiä]

EDTA on lievästi myrkyllistä kaloille ja muille vesieläimille^[11], EDTA:n epäillään olevan ympäristölle haitallinen, koska sillä on kyky imeä ja kuljettaa raskasmetalleja ja se on heikosti biohajoava. EDTA:ta ei tästä huolimatta pidetä pysyvänä eikä biokertyvänä yhdisteenä. EDTA:n raskasmetalleihin liittyvä riski on olemassa siinä tapauksessa, että EDTA-raskasmetallikompleksit päätyvät pohjasedimentteihin.^[10]

Kuva 2: Erään Heinz-majoneesin lisäaineistusta

Mäntsälä on strategiassaan ”Parhaan arjen paikkakunta”, ja eräs keskeisimpiä hyvinvoinnin lähteitä on luonnollinen, terveellinen ja maistuva ruoka. Ateriapalvelut on onnistunut tehtävässään mainiosti, mutta aina voi parantaa, eikä varsinkaan antaa tilanteen huonontua.

ESITYKSEMME KÄYTÄNNÖSSÄ:

- Tuodaan ruokailuun tarjolle rasvattoman maidon oheen luomu täysmaito.
- Levitteenä korvataan margariini voilla
- Varmistetaan riittävä proteiinin määrä ruoassa, kasvattamatta kalorimäärää
- Ei korvata lihaproteiinia kasviproteiinilla, varsinkaan keinotekoisilla ja prosessoiduilla proteiininlähteillä
- Suositetaan luomutuotteita, ja vältetään lisäaineita

- Pyritään välttämään verensokerin heilahtelua ja ylipainoa aiheuttavaa valkoista viljaa ja makaronia (hiilihydraatin ja sokerin määrän rajoittaminen)

Kuvasta 1 ilmenee, että tämä valtuustoaloite on hyvin linjassa Mäntsälän kunnan strategian kanssa. Mäntsälä on julkisesti ilmoittanut haluavansa tarjota Mäntsälän lapsille ”Maailman parasta kouluruokaa”. Tehdään se tosissaan!”

Päätös

Valtuusto päätti lähettää aloitteen kunnanhallitukselle valmisteltavaksi.

Liite 1. Valtuustoaloite 26.5.2025 Lasten kouluruoan valmistaminen terveellisemmin ja ravitsevammin