

Luomu ei ole kallista! Esimerkkejä luomun käyttöhintalaskelmista

Anu Arolaakso, projektipäällikkö
Savon koulutus kuntayhtymä

- EkoCentria on Savon koulutuskuntayhtymän asiantuntijatiimi.
- Tiimin tavoitteena on edistää vastuullisten toimintojen toteutumista ammattikeittiöissä, esimerkiksi lähi- ja luomuruoan käyttöä sekä hankintaosaamista.

Lisätietosivustot:

www.ekocentria.fi

www.luomuravintola.fi

www.ekoruokakone.fi

Hankkeet:

[Vastuulliset ruokapalvelut -kehitysohjelma](#)

Aineistot:

Ruokapalveluiden hankintaopas (valmis 9/2021)

[Lähis-opas](#)

[Elintarvikkeiden hankintaopas](#)

[Uutiset 2040](#)

Lähiruokaviestit 2007-2011

Vastuullisuusviesti 2016

Luomuksi vaihtaminen vaatii

- **TAHTOTILAN JA ASEENTEEN**
- STRATEGISET PÄÄTÖKSET
- RESEPTI- ja RUOKALISTASUUNNITTELUA
- VALMISTUSMENETELMIEN TARKASTELUA
- HANKINTOJEN SUUNNITTELUA JA OHJEISTUSTA
- LUOMUN KÄYTÖN SEURANTAA
- TIEDOTTAMISTA JA VIESTINTÄÄ!

Luomun käyttöhintaselvityksen tuloksia löytyy lisää osoitteessa

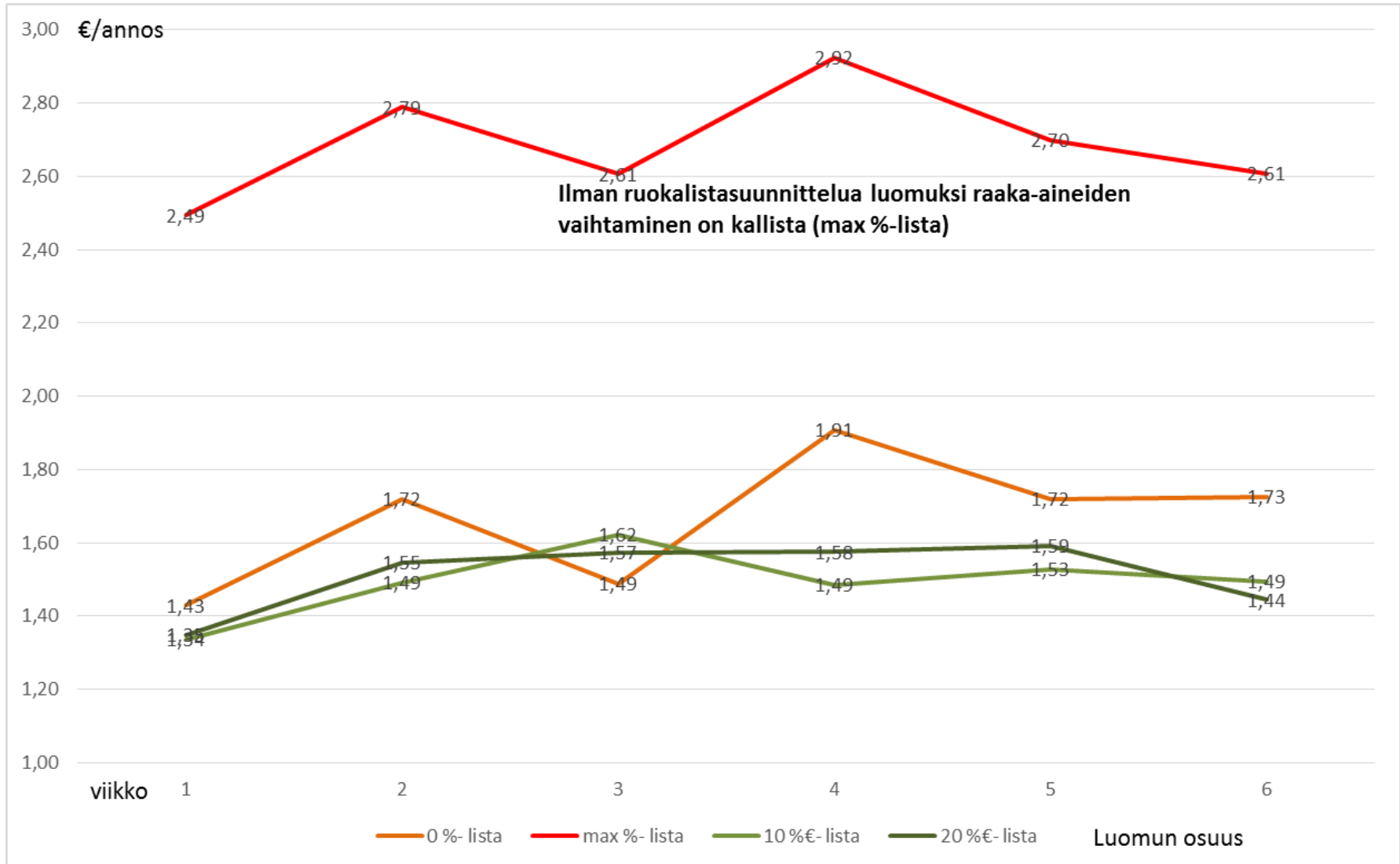
www.ekoruokakone.fi

Suunnittelu

- On hyvä jättää väljyyttä ruokalistoilta, jolloin voi huomioida mahdolliset muutokset luomun saatavuuden mukaisesti.
- Tulee muistaa, että kaikilla elintarvikkeilla on oma sesonki, myös tuontituotteilla.
- Eri asiakasryhmät on huomioitava. Oma ruokalista eri ryhmille.
- [Ekoruokakone](#), resepti- ja ruokalistasuunnittelu, ravintoainetiedot, luomun saatavuustiedot



Luomun hinta lautasella



Ruokalistamuutoksia

Muokkaamalla ruokalistaa voi luomutuotteita ottaa käyttöön ilman lisäkustannuksia. Listalle voi esimerkiksi lisätä kasvispäivien määrää, vähentää reseptiikassa lihan osuutta korvaamalla se kasviksilla tai kasviproteiineilla ja vähentämällä valmiiden jatkojalosteiden käyttöä.

0 % Luomua

MA

Tonnikalapaistos,
juureslohkot,
punainen
kaalisalaatti,
näkkileipä,
margariini, maito

TI

Nakkikeitto,
sämpylä,
juustoviipale,
marjasMOOTHIE,
margariini,
maito

KE

Jauhelihakastike,
peruna,
raitainen
raastesalaatti,
näkkileipä, margariini,
maito

TO

Broileripyörykkä,
peruna
kylmäkastike,
kasvislisäke,
näkkileipä,
margariini, maito

PE

Makaronilaatikko,
salaatti,
näkkileipä,
margariini, maito

LUOMUA

0 % / kg
ra 1,57 €/
annos

väh. 20 % Luomua

MA

Järvikala-
pastapaistos
punainen
kaalisalaatti
näkkileipä,
margariini,
maito

TI

Tomaattinen
nakkikeitto
nakkosämpylä+
juustoviipale,
marjasMOOTHIE,
margariini,
maito

KE

Jauhelihakastike,
peruna,
raitainen
raastesalaatti
näkkileipä, margariini,
maito

TO

Pinaattinen
juustopasta,
marinoitu
lehtikaali-
papusalaatti,
näkkileipä,
margariini,
anana, maito

PE

Ohrasuurimappuro,
marjakkiseli,
ruisleipä-rikkale,
margariini, maito
bedelmä

LUOMUA

39 % / kg
ra 1,45 €/
annos

 Ekoruokakone

Esimerkki laskettu [Ruokeva](#)-hankkeessa.

JAUHELIHABOLOGNESE

Annosmäärä: 100 kpl Annoskoko: 70 g Annostyyppi: Pääruoka

LUOMUTON

Raaka-aineet	Raakapaino	Hinta	Luomua
Naudanliha	4 000 g	8,33 €	
Porkkana	800 g	0,86 €	
Sipuli	667 g	1,25 €	
Tomaattisose	667 g	2,08 €	
Maissitärkkelys	400 g	1,36 €	
Rypsiöljy	267 g	2,28 €	
Suola	100 g	1,5 €	
Valkosipuli	15 g	5,94 €	
Lihaliemi	10 g	12,29 €	
Mustapippuri	10 g	25,5 €	
Sokeri	10 g	1,06 €	
Oregano	10 g	19,26 €	

Annoksen hinta **0,40 €**
Luomuprosentti **0 %**
Energia / annos **143 kcal**

RAVINTOSISÄLTÖ

Proteiinia **37 %**
Hiilihydraattia **23 %**
Rasvaa **40 %**

LUOMU

Vaihda luomuksi esimerkiksi näin!

Raaka-aineet	Raakapaino	Hinta	Luomua
Naudanliha	3 000 g	8,33 €	
Juuressuikale	1 000 g	3,31 €	x
Tomaattisose	800 g	3,7 €	
Porkkana	800 g	1,39 €	x
Sipuli	667 g	3,24 €	x
Maissitärkkelys	400 g	1,39 €	
Rypsiöljy	267 g	7,97 €	
Suola	100 g	1,5 €	
Valkosipuli	15 g	11,62 €	
Lihaliemi	10 g	16,65 €	x
Mustapippuri	10 g	25,5 €	x
Sokeri	10 g	2,08 €	x
Oregano	10 g	19,26 €	

Annoksen hinta **0,38 €**
Luomuprosentti **36 %**
Energia / annos **121 kcal**

Edullisempi!

RAVINTOSISÄLTÖ

Proteiinia **32 %**
Hiilihydraattia **29 %**
Rasvaa **39 %**

Yhteenveto esityksestä

- tahtotila ja asenne kohdallaan
- kirjataan luomutavoitteet hankintaohjeisiin
- julkiset ruokahankinnat tärkeitä koko ruokajärjestelmän kannalta
- suurin vaikuttavuus raaka-aineiden valinnalla
- siirrytään luomutuotteisiin vaiheittain
- vaatii resepti- ja ruokalistamuutoksia samalla tavalla kuin lähiruoan käyttöönottoaminen
- resurssit suunnitteluun ei niinkään lisää rahaa elintarvikehankintoihin -> hintavaikutusta tulee tarkastella käyttöhinnan ei ostohinnan kautta
- nähdään ruokapalvelu osana kokonaisuutta, ei vain pelkkänä kulueränä siilomaisesti
- ohjataan raaka-aineiden valintakeskustelu hinnasta mm. ympäristövaikutuksiin



KIITOS!

Lisätietoja antaa

Anu Arolaakso

p. 044 785 4048

anu.arolaakso(at)sakky.fi