




Hävikkirata:  
**SYÖMÄÄN!** Ruoka on jo valmista.

# Hävikkiweek haaste alakouluille

- Kiitos, että osallistutte SYÖMÄÄN! Ruoka on jo valmista! -hävikkirataan. Rata koostuu neljästä eri aihealueesta, joissa käsitellään ruokaa ja ruokahävikkiä useista eri kulmista.
  1. Kouluruuan historia ja miksi kouluruoka on tärkeä syödä?
  2. Mistä ruoka tulee?
  3. Missä ja miksi ruokahävikkiä syntyy?
  4. Ruoka ja tunteet
- Valitkaa tehtäväkokonaisuuksista yksi tai useampi kiinnostuksenne mukaan tai käykää läpi vaikka kaikki!
- **Lisätietoa ruokahävikistä ja materiaalit tehtäväradan tehtävien takana**  
Tehtäväradan materiaalit on koottu Maistuva koulu, Saa syödä ja Hävikkiweek - verkkosivujen monipuolisista materiaaleista. Tehtäväradan tehtävien sisältöjä on muutettu ja täydennetty Hävikkirataa varten. Rata on alun perin tehty vuoden 2023 Hävikkiweekoa varten.





# **Aihe 1: Kouluruuan historia ja miksi kouluruoka on tärkeää syödä?**

**Jätekukko**

# Tehtävä 1: Kouluruoan historia

---

- Katsokaa ELO-säätiön video Aikamatka suomalaisen kouluruokailun historiaan ja keskustelkaa aiheesta vastaamalla seuraaviin kysymyksiin:
  1. Miksi Suomessa päädyttiin tarjoamaan ilmainen koululounas oppilaille? Milloin se tapahtui ja kuka on henkilö idean takana?
  2. Miksi päivittäistä ateriaa ei voitu tarjota Miina Sillanpään (ministeri ja kansanedustaja) lakiehdotuksesta huolimatta kaikille koululaisille jo 1920-luvulla? Milloin ehdotus viimein toteutui?
  3. Millaisia ajatuksia video sinussa herätti? Mitä vaihtoehtoja maksuttomalle koululounaalle on?
- Linkki videolle:  
<https://maistuvakoulu.fi/ideat/kouluruokaa-jo-yli-70-vuotta/> (3:03 min.)



## Tehtävä 2: Miksi ihmeessä syödä kouluruokaa?

- Pohtikaa yhdessä, miksi kouluruuan syöminen kannattaa.
- Kootkaa keksimänne syyt yhteiseksi huoneentauluksi
- Avuksi voi käyttää Ruokatiedon 10 syytä syödä kouluruokaa –materiaalia
  - Linkki:  
<https://ruokatieto.fi/ruokatieto/ruokakulttuuri/nykypaivan-ruokakulttuuri/joukkoruokailu/>





# **Aihe 2: Mistä ruoka tulee?**

**Jäte kukko**

# Tehtävä 1: Millainen on ruuan reitti koulun ruokalaan tai kotikeittiöön?

---

- Tutustukaa Ruokatieto-verkkosivujen joko Ruuan reitti -julisteisiin tai -videoihin
  - Kasvisten reitti
  - Kalan reitti
  - Viljan reitti
- Valitkaa reiteistä yksi ja vastatkaa kysymyksiin

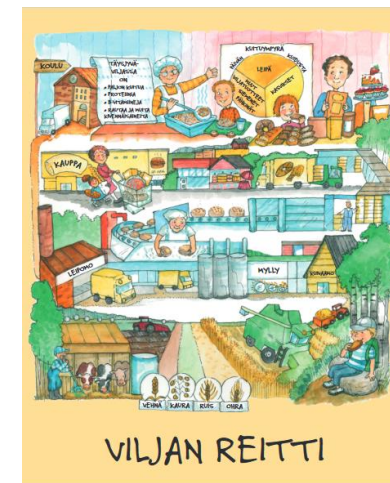
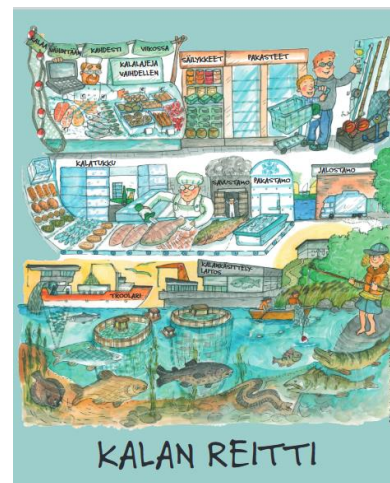
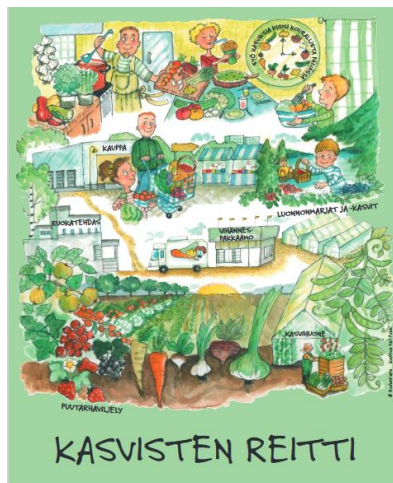




# Ruuan reitti kuvat

- Valitkaa kuvista yksi ja kertokaa:
  1. Mitä eri vaiheita kuvissa näette?
  2. Mitä kuvissa olevat henkilöt tekevät ja missä?
  3. Mitä tapahtuu, jos meiltä menee syömäkelpoista ruokaa hukkaan esim. koulussa ruokailun yhteydessä tai kotona?

Linkit kuvien sivuille: [Kasvikset](#), [kala](#) ja [vilja](#)





# Kasvisten reitti -video

---

1. Milloin ja missä Suomessa viljellään kasviksia?
2. Mitä kasvisten säilyvyyden parantamiseksi tehdään ja miksi?
3. Mitä kasviksista voidaan jalostaa?
4. Mitä hyötyä on sesonkikasvisten käyttämisestä?
5. Oletko itse kasvattanut esim. yrttejä ikkunalaudalla tai kerännyt marjoja, sieniä tai villiyrttejä luonnosta? Milloin, missä ja mitä opit siitä?
6. Mitä tapahtuu, jos meiltä menee syömäkelpoista ruokaa hukkaan esim. koulussa ruokailun yhteydessä tai kotona?

Linkki videolle:

<https://ruokatieto.fi/ruokakasvatus/ruuan-reitti/kasvisten-reitti/>



# Kalan reitti -video

---

1. Mistä pääosa kaupoissa myytävistä kaloista tulee ja mitkä ovat pyydetyimmät kalat Suomessa?
2. Mistä muualta kalaa saadaan?
3. Mitkä asiat ovat tärkeitä kalan säilymisen kannalta?
4. Oletko itse kalastanut joko onkien, pilkkien tai muuten? Entä käyttänyt saalista ruuaksi?
5. Mitä tapahtuu, jos meiltä menee syömäkelpoista ruokaa hukkaan esim. koulussa ruokailun yhteydessä tai kotona?

Linkki videolle:

<https://ruokatieto.fi/ruokakasvatus/ruuan-reitti/kalan-reitti/>



# Viljan reitti -video

---

1. Mitä töitä viljelijä tekee ennen kuin viljasato on korjattu talteen?
2. Mitkä ovat Suomessa eniten viljeltyt viljalajit?
3. Millaisia tuotteita viljasta jalostetuista hiutaleista, leseistä, suurimoista, jauhoista ym. voidaan tehdä?
4. Mitä tapahtuu, jos meiltä menee syömäkelpoista ruokaa hukkaan esim. koulussa ruokailun yhteydessä tai kotona?

Linkki videolle:

<https://ruokatieto.fi/ruokakasvatus/ruuan-reitti/viljan-reitti/>



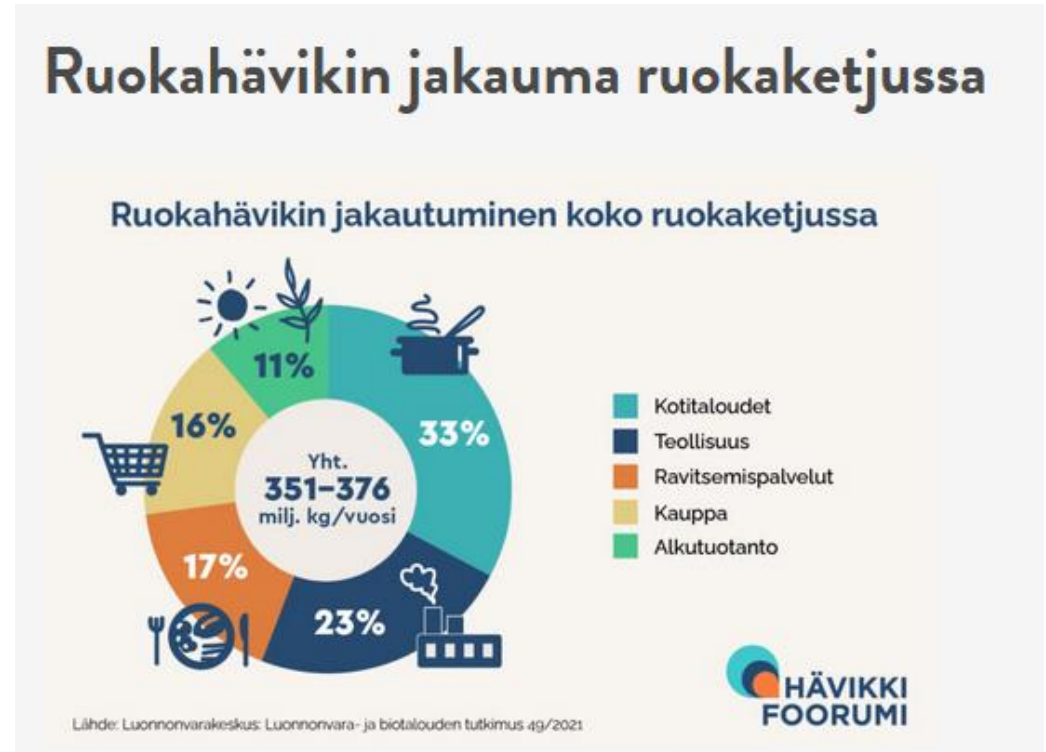


# **Aihe 3: Missä ja miksi ruokahävikkiä syntyy?**

**Jäte kukko**

# Tehtävä 1: Hävikin jakautuminen ruokaketjussa 1/2

- Tutustukaa kuviin ja vastatkaa seuraaviin kysymyksiin:
  1. Missä ruokaketjun vaiheissa hävikkiä syntyy?
  2. Mihin vaiheeseen koulujen keittiö ja ruokala kuuluvat?
  3. Mitä esimerkkejä keksitte eri vaiheiden hävikistä?



# Tehtävä 1: Hävikin jakautuminen ruokaketjussa 1/2

---

4. Jos ruokahävikki on keskimäärin 23 kiloa henkeä kohti vuodessa, montako kiloa se on luokkanne oppilaiden määrällä kerrottuna?
5. Miten hävikin määrää voi vähentää koulussa ja kotona?



Henkeä kohti tuotamme kokonaisuudessaan noin **20-25 KILOA** ruokahävikkiä vuodessa.

SAA SYÖDÄ! HÄVIKKIFOORUMI





# **Aihe 4: Ruoka ja tunteet**

**Jätekukko**

# Tehtävä 1: Ruokamainos

---

- Tutustukaa ruokamainokseen tai useampaan (video tai kuva) ja pohtikaa yhdessä niiden herättämiä tunteita.
  1. Millaisia tunteita mainos/mainokset herättivät?
  2. Herättikö mainos nälän tunnetta, vaikka sinulla ei ollutkaan nälkä?
- Ruokamainos linkkivinkit:
  - Apetit – Valmisruoka mainos 2021:  
<https://www.youtube.com/watch?v=zgcSxpGqHqU>
  - Hesburgerin Kebab-hampurilainen 2019:  
<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=lbskgsKnLuY>



## Tehtävä 2: Tunteet ja tilanteet

---

- Pohtikaa ruuan tunteellista merkitystä
  1. Missä tilanteissa ruokaan liittyy tunteita tai tunneside?
  2. Millaisten tunteiden vuoksi syödään?
  3. Mikä merkitys ruualla silloin on?



# Tehtävä 3: Ruoka herättää tunteita

---

- Pohtikaa millaisia tunteita ruoka ja syöminen herättävät
  1. Milloin on ollut erityisen hauskaa syödä?
  2. Milloin syöminen on herättänyt ikäviä tunteita? Mistä se voi johtua?
  3. Kokeiletko uteliaasti erilaisia tai uusia ruokia? Miksi tai miksi et?



Lisätietoja:

Anja Räisänen

Ympäristökouluttaja

044 368 0192

viestinta@jatekukko.fi

jatekukko.fi

**Kiitos  
osallistumisesta!**

**Jäte**kukko

