



PPE-Köökki Oy:n ohjeistus turvaruusta varhaiskasvatuksessa ja kouluissa

Mitä turvaruoka on

Turvaruoka on väliaikainen erityisjärjestely lapselle tai nuorelle, jolla on merkittäviä syömisen haasteita ja jonka ravinnon- ja energiansaanti varhaiskasvatus- tai koulupäivän aikana voi jäädä riittämättömäksi.

Turvaruoka perustuu aina terveydenhuollon ammattilaisen arvioon ja kirjalliseen lausuntoon. Huoltajat eivät voi tilata turvaruokaa suoraan päiväkodista, koulusta tai keittiöltä ilman terveydenhuollon ammattilaisen arviota.

Turvaruokan tarkoituksena on tukea lapsen kasvua, kehitystä, jaksamista ja oppimista. Turvaruoka ei korvaa ruokakasvatusta tai yhteistä ruokailua, vaan sen rinnalla lapselle tarjotaan edelleen päiväkodin tai koulun tavallista ruokaa ilman painostusta maistamiseen.

Lievä valikoiva syöminen tai tavallinen nirsoilu ei ole peruste turvaruokalle. Turvaruokan tarjoamista voidaan harkita silloin, kun lapsen syömisen haasteet ovat pitkäaikaisia ja vaikuttavat selvästi lapsen ravinnonsaantiin, kasvuun, kehitykseen tai toimintakykyyn päivän aikana.

Toimintaohje huoltajille

1. Mikäli lapsen ruokailu päiväkotitai koulupäivän aikana antaa aiheutta huoleen, ota ensin yhteyttä varhaiskasvatuksen henkilöstöön, lapsen opettajaan, neuvolaan tai kouluterveydenhoitajaan.
2. Terveysthuollossa tilanne arvioidaan, ja he ohjaavat tarvittaessa ravitsemusterapeutille tai muulle terveydenhuollon asiantuntijalle. Mikäli turvaruoka todetaan tarpeelliseksi, terveydenhuollon ammattilainen laatii siitä kirjallisen lausunnon.
3. Huoltaja toimittaa lausunnon lapsen päiväkotiin tai kouluun erityisruokavalioilmoituksista annetun ohjeistuksen mukaisesti. Lausunnon pohjalta sovitaan yhdessä ateriapalveluiden, varhaiskasvatushenkilöstön tai lapsen opettajan sekä huoltajien kanssa käytännön toteuttamisesta.

Turvaruokalausunto

Turvaruoka voidaan järjestää vain terveydenhuollon, ensisijaisesti ravitsemusterapeutin kirjallisen lausunnon perusteella. Turvaruokalausunto voi myös olla osana erikoissairaanhoidon piirissä olevan lapsen tai nuoren hoito- ja kuntoutussuunnitelmaa.

Lausunto tehdään aina lapsen yksilöllisen tilanteen perusteella ja kyseessä on määräaikainen erityisjärjestely. Lausunnon yhteydessä on hyvä kertoa, mitä ruokia lapsi pystyy syömään ja mitä ruokia tai ruokailutaitoja lapsi harjoittelee. Tavoitteena on, että lapsen ruokavalio laajenisi vähitellen turvallisesti ja lapsen voimavarat huomioiden. Alussa on mahdollisuus sopia kokeilujaksosta, jonka jälkeen voidaan arvioida, onko järjestely edelleen tarpeellinen ja toimiva.



Huoltaja vastaa siitä, että ajantasainen lausunto toimitetaan päiväkotiin tai kouluun. **Ilman voimassa olevaa lausuntoa turvaruokaa ei voida järjestää.**

Turvaruuan järjestäminen

Turvaruoka pyritään järjestämään osana tavallista päiväkot- ja kouluruokailua. Tavoitteena on, että lapsi voi osallistua yhteiseen ruokailuun mahdollisimman tasavertaisesti muiden lasten kanssa.

Turvaruuat ovat yleensä lapselle tuttuja, selkeitä ja aistittavilta ominaisuuksiltaan yksinkertaisia ruokia. Niiden rakenne, maku tai ulkonäkö ovat sellaisia, että lapsi pystyy syömään niitä ilman kohtuuttoman suurta kuormitusta.

Turvaruokalista laaditaan olemassa olevan ruokalistan ja ateriapalveluiden käytössä olevien raaka-aineiden pohjalta. Ateriasta pyritään saamaan mahdollisimman täysipainoinen, jossa mukana ovat seuraavat aterian osat;

- proteiinin lähde (kana, kala, liha, kananmuna tai kasvisproteiini)
- hiilihydraattilähde (pasta, riisi, peruna, tms.)
- kasviksia selkeinä erillisinä paloina (komponentteina)
- leipä ja levite
- juoma

Ateriapalveluissa käytetään PPE-Köökki Oy:llä voimassa olevien elintarvikesopimusten mukaisia tuotteita ja raaka-aineita. Tietyn tuotemerkin tuotteita ei yleensä voida hankkia erikseen, ellei siihen ole terveydenhuollon lausunnossa yksilöllistä ja välttämätöntä perustetta.

Toteutumisen ja tavoitteiden seuraaminen

Turvaruokajärjestelyn tavoitteena on tukea lapsen arkea ja samalla mahdollistaa ruokavalion vähittäinen laajeneminen. Sen toteutumista ja tavoitteita seurataan yhteistyössä huoltajien, terveydenhuollon, päiväkodin tai koulun sekä ateriapalveluiden kanssa.

Mikäli lapsen tilanne muuttuu tai tarve turvaruokaan päättyy, huoltajan tulee ilmoittaa siitä päiväkotiin tai kouluun sekä ateriapalveluihin. Lausunnon voimassaoloa tulee myös seurata, jotta tiedot ovat ajan tasalla.

Lisätietoja ja lähdemateriaalia

Turvaruokaa koskeva valtakunnallinen taustamateriaali: [Ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytila -sivuston turvaruokaohjeistus.](#)

Kansallinen allergiaohjelma ja [lasten erityisruokavalioihin liittyvät suositukset.](#)

Varhaiskasvatuksen ruokailusuositus: ["Terveystä ja iloa ruoasta".](#)

Kouluruokailusuositus: ["Syödään ja opitaan yhdessä".](#)