

Esimerkki turvaruokalistasta, Servica 2023

TURVARUOAN TILAAMINEN JA TODISTUS KOULULLE (SERVICA)

- 1) Vastaanotolla todetaan tarve määräaikaiselle turvaruokatilaukselle (esim. lukukausi tai 3–6 kk) (hoidossa kuitenkin tavoitteena aktiivinen ruokavalion laajentaminen).
- 2) Perheen kanssa käydään läpi ruokalajivaihtoehdot alla olevasta taulukosta.
- 3) Listalta valitaan yksi tai useampi lapselle tai nuorelle mieleinen hiilihydraattisuke ja proteiinin lähde aterialle sekä leipä ja kasvis- tai hedelmälisuke.
- 4) Ravitsemusterapeutti ilmoittaa turvaruokatilauksesta Servican kollegalle. Mikäli alla olevasta listasta ei löydy mieleisiä vaihtoehtoja, on mahdollista myös tilata yksittäisiä kappaletavaroita listan ulkopuolelta (esim. pinaattiletut), näistä keskusteltava erikseen Servican kollegan kanssa.
- 5) Ravitsemusterapeutti laatii tarvittaessa todistuksen koulua tai varhaiskasvatusta varten ja postittaa perheelle tai antaa käynnin yhteydessä. Ravitsemusterapeutin arvion mukaan todistuksena voidaan käyttää myös RAV-tekstiä. Vanhemmat toimittavat todistuksen tarvittaessa koululle tai päiväkotiin.
- 6) Perhettä pyydetään ilmoittamaan, mikäli lapsi tai nuori jättää toistuvasti hakematta tai syömättä turvaruoan tilauksen lopettamista harkittava ja pohdittava muita vaihtoehtoja.
- 7) Seurantasoitto toteutetaan viimeistään ennen ruokatilauksen määräajan päättymistä, tarvittaessa aiemminkin (voi varata paperiajaksi).
- 8) Tätä ohjetta voidaan käyttää suuntaviivana tilattaessa turvaruokaa myös muihin kuin Servican ruokapalveluiden alaisuudessa oleviin varhaiskasvatuspaikkoihin tai kouluihin.

Listaus mahdollisista turvaruuista Servican toimipisteissä lukuvuonna 2023–2024

HIILIHYDRAATTI-LISUKKEET	LIHA- JA KANARUOAT	KALARUOAT	KASVISRUOAT
Peruna Perunamuussi Riisi Makaroni	Lihapyörykät Broileripyörykät Jauhelihapihvit Uunimakkara	Kirjolohipyörykät Kapteenin kalakuviot Kalapuikot	Kasvispyörykät Porkkananapit Pinaatti-raejuustonapit Bataatti-juurespihvi Porkkanapihvit Kasvis-vegepuikot Vegenakit pinaattiletut?
LEIVÄT	KASVISLISUKKEET	HEDELMÄ-LISUKKEET	
Fazer Puikula täysjyväruis Fazer Real täysjyväruis Fazer Lemppari-sämpylä Oululainen Reilu ruis Oululainen Reilu täysjyvä	Kurkku Tomaatti (Porkkanaraaste, kausittain)	Omena Banaani	

