

Koolitoit kui kogukonna koostöö 2025

Inga Paenurm

P. Dussmann Eesti toitlustusdivisjoni arendusjuht

Tegeledes kohe väikeste muredega, ei kasva need kunagi suureks.

Enne tegude tegemist, selgita välja taust ning kogu vajalik info.

Õppimised avardavad silmaringi ja see on elukestev.

Miks koolitoit?



Uus määrus

1. Kas toit on elu alus?
2. Matemaatiline näide ja lisades punktike
3. Koostöö ja teavitamine
4. Õppimisele avatud mõtlemine
5. Mis on määruse mõte-ennetus?
6. Teavitustöö ja positiivne kuvand
7. Austus oma eriala ja tegemiste kohta



Elu köögis ja söögisaalis

1. Kõik saab alguse meist endast
2. Armastus töö, iseenda ja noorte vastu - tee koostööd
3. Söömine saab alguse nägemisest, lõhnast ja maitsest
4. Buffee väljapanek –GN mõõdud madalad ja värv
5. Õpitahe ja soov kasvada teadlikumaks-meil kõigil
6. Värvirikas toit ja meie panus
7. Kas üle 200 lapsele on võimalik valmistada ideaalset rooga?



Iseteenindusliini hariduslik mõiste/mõte

Iseteenindusliinil on hariduslik eesmärk, mis toetab õpilaste toitumisharjumuste, sotsiaalsete oskuste ja keskkonnateadlikkuse kujundamist. Austus, puhtus, sõbralikkus, teadlikkus.

Iseteenindusliinis võetak toid ei ole lõpmatu. Toid arvestatakse vastavalt söögivahetunnis käivate õpilaste arvuga. On normaalne, kui osad valikud saavad 10 minutit enne söögivahetunni lõppu otsa.

Tervislike valikute tegemine

Õpilane tunneb huvi menüü vastu ja tutvub sellega enne söömist (allergeenid, tooraine jne)

Õpilane näeb selgelt erinevaid toidugruppe – köögivilju, põhitoitu, lisandeid ja jooke.

Õpid tundma puhtaid looduslikke maitseid

Saab ise valida ja tasakaalustada oma toidutaldrikut, mis arendab teadlikkust tervislikust toitumisest.

Õpetajate ja köögipersonali juhendamisel õpitakse koostama tasakaalustatud lõunat

Õpitakse tundma uusi tooraineid – erinevaid köögivilju, puuvilju, kaunvilju, teravilju ja hooajalisi toiduaineid. Katsetamine ja maitsemeelte arendamine julgustab lapsi proovima uusi maitseid.

Toidu väärtustamine ja vastutustunne

Iseteenindusliin õpetab, et toitu ei tohiks raisata.

Õpilased õpivad hindama oma isu ja võtma ainult nii palju, kui suudavad ära süüa.

Piisav kogus taldrikul tagab teistele õpilastele suurema valiku

Toetab toidupäästmise ja keskkonnateadlikkuse põhimõtteid, mida käsitletakse ka kooli õppekava tundides (nt loodus- ja inimeseõpetuses)



Iseteenindusliini hariduslik mõiste

Käitumis- ja hügieeniharidus

Lapsed harjuvad järgima toiduhügieeni põhimõtteid: puhtad käed, serveerimisvahendite korrektne kasutamine, liini puhtuse hoidmine. Juuksed kinni jne

Õpitakse söögisaalis viisakat käitumist ja teistega arvestamist – järjekorras seismine, rahulik liikumine, teiste aitamine.

Iseseisvalt valikute tegemine

Majanduslik ja keskkonnavaline mõtlemine

Iseteenindusliin aitab mõista, et tooraine on väärtuslik ressurss, mille tootmine ja kasutamine mõjutab keskkonda.

Arutatakse teemadel „Kust meie toit tuleb?“ , „Miks on oluline tarbida kohalikke ning hooajalisi toiduaineid?“ „ Mis on koolitoit“

Sidestub kooli keskkonna- ja rohetegevustega, näiteks bioprügi sorteerimise ja toidujäätmete vähendamisega.

Koostöö ja kogukonnatunne

Iseteenindus julgustab lapsi tegutsema iseseisvalt, aga ka vastutama ühise sööklakeskkonna eest.

Ühise söögikogemuse kaudu arenevad koostööoskused, hoolivus ja austus kaaslase vastu.

Teadmiste jagamine ja kaasamine kodustega

Koristamine ja sorteerimine

Õpilased võtavad vastutuse oma taldriku ja söögi ümbruse eest.

Iseteenindusliin õpetab sorteerima bioprügi ja muud jäätmed õigesti.

Õpitakse, et puhtuse hoidmine ja jäätmete sorteerimine aitab hoida keskkonda ja toetab kogukonda.



Teeme koostööd ja saavutame ühtse
arusaama Eesti koolitoidust 😊

Mis on Sinu panus, et muutused tekiksid?



Dussmann

FOOD SERVICES



Dussmann
FOOD SERVICES

Mis on koolitoidu eesmärk?

- Pakkuda lõunaks toitev kõhutäis, et oleks jõudu teadmisi ammutada
- Menüü ja toit valmistatakse vastavalt Eesti Vabariigi määrusele ja hankele
- Koolilõuna hind sisaldab; toorainekulu, personali töötasu, kommunaalkulu ja palju muud
- Toitu valmistatakse suurtes kogustes, arvestades heskmist maitsemeelt

Mida oodata koolilõunast?

- Koolilõuna eesmärgiks on pakkuda noorele, kuni 35 %päevasest toiduenergia vajadusest
- Koolilõuna ei anna kogu päeva energiat
- Toit maitseb paremini, kui magusat manustad peale lõunat
- Koolilõuna ei ole isiklikele maitseelamustele suunatud, puhtad ja lihtsad maitset on taldrikul
- Toidu komplekteerib oma taldrikule õpilane
- Maitse ja proovi lisades erinevaid komponente

Kuidas, Sina saad kaasa aidata koolitoidu paremaks muutmisel?

- Austa toitu ja koolikaaslast
- Tõsta toitu näidisportsijoni jälgides
- Tükitooteid on arvestatud 1 õpilase kohta. Palun arvesta teiste õpilastega
- Tee Sinu keha toetavalt valikuid
- Tõsta taldrikule, palju süüa jõuad
- Jäta kaaslastele puhas iseteenindusliin
- Palun maitse kogu toiduvalikut
- Anna endale ja kokale võimalus!
- Austa iseennast ja teisi inimesi

Dussmann
FOOD SERVICES

Teekond bioprügi vähendamiseks söögisaalis!

- Palun tõsta endale toitu nii palju, kui jõuad ära süüa - nii jätkub kõigile ja toitu ei lähe prügikasti
- Julgusta kaaslast, tõstma talrikule piisav kogus
- Iga õpilane saab riigi toetusel ühe tasuta koolilõuna päevas

Kui toitu jääb iseteenindusliinis üle:

- Viimase toiduvahetunni lõpus võid võtta lisaportsu
- Kui soovid, võid tulla oma karbiga - toitlustaja ei vastuta kaasa võetud toidu eest
- Palun arvesta, et toitu ei pruugi jätkuda kõigile ning mõnikord võib otsa saada
- Lisaportsjoni saab võtta kooliga kokkulepitud kellaajani

Aita kaasa ja vähendame koos toiduprügi.



Dussmann
FOOD SERVICES





Järgmisel päeval läksid Leo ja Põrr koos Dussmanni tootustavatesse söögisaalidesse, et maitsta koolilõunat. Toit oli tõesti väga hea – värsket, tervist toetavat ja ilusasti valmistatud. Põrr avastas, et sellist imemasinat ei olegi vaja – Dussmanni köögid pakuvad juba maitstavat ja toitvat toitu ammu ilma. Põrr maitstes ja ütles: “Mm, kui ma oleks laps, sööksin seda hea meelega iga päev! Aga miks küll kõik lapsed seda alati ei söö?”

See pani mõlemad mõtlema. Nad otsustasid, et hakkavad koos lapsi õpetama, miks on köögiviljad ja toit nii oluline. Eesmärgiks näidata, et tervist toetavat toitu võib olla ka maitsev ja lõbus.

Nii sündiski Köögiviljavägi – tore ettevõtmine, mille eesmärk on õpetada lastele- köögiviljad annavad energiat, aitavad kasvada ja hoiavad keha tugevana.

Toit on meie elu alus ja ainult meie ise saame ennast aidata. Põder Põrr eesmärgiks on saada Eesti koolitoidu patrooniks, käia mööda kodumaad ja kohtuda paljude lastega. Õptades neile, miks on oluline süüa erinevaid köögivilju, proovida uusi maitseid ja hoida keha rõõmsa ja terve. Tema sõber Leo aitab teda vahel retseptide ja ideedega.

Põrr teab, et see töö ei lõpe kunagi, sest iga aastal kasvavad uued lapsed, kes alles õpivad, kuidas süüa nii, et kehal on hea olla... Sellepärast kutsub ta endaga alati kaasa uusi sõpru – toredate tegelasi, kes aitavad köögiviljade ja toidumaailma veel põnevamaks muuta.

Ja nii rändabki Põder Põrr mööda Eestit, rõõmsameelselt ja uudishimulikult, et tuua igasse kooli ja lasteasutusse Köögiviljaväe tarkust ja rõõmu.




Köögiviljaväe legend

Kaugel Aafrika elas lövi nimega Leo. Ta ei olnud tavaline lövi – ta armastas väga süüa teha.

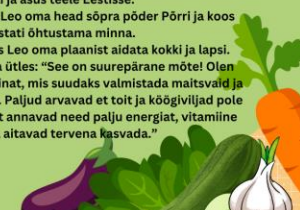
Iga päev katsetas Leo uusi maitseid ja mõtles, kuidas muuta toitu mitte ainult maitseks, vaid ka tervist toetavaks.

Ühel hommikul jalutas Leo mere ääres ja märkas liiva sees midagi läikivat. See oli vana klaaspudel. Pudeli sees oli kiri. Leo avas ettevaatlikult pudeli ning luges sõnumit. Kiri oli saadetud Dussmanni köökade poolt Eestist. Nad kirjutasid, et vajavad abi uute ideede leidmisel ja koolituste korraldamisel. Nad soovisid leida viisi, kuidas õpetada lapsi sööma nii, et värvirikas mitmekesine toit meeldiks lastele ja annaks jõudu kasvamiseks.

Leo mõtles mõne hetke ja otsustas, et peab aitama. “Kui mina saan süüa teha ja lapsi aidata, siis tuleb see reis ette võtta,” ütles ta endamisi. Ta pakkis oma kokapõlle ja noa, pani need kotti ja asus teele Eestisse.

Lennujaamas kohtas Leo oma head sõpra põder Põrrit ja koos otsustati õhtustama minna.

Õhtusöögi ajal rääkis Leo oma plaanist aidata kokki ja lapsi. Põrr kuulas huviga ja ütles: “See on suurepärane mõte! Olen otsimas maagilist masinat, mis suudaks valmistada maitseid ja tervist toetavaid toite. Paljud arvavad et toit ja köögiviljad pole olulised aga tegelikult annavad need palju energiat, vitamiine jõudu ja aitavad tervena kasvada.”



Dussmann
FOOD SERVICES






KÖÖGIVILJAVÄGI