

Satu Hautala

**A la carte -ruokalistan ja annoskorttien suunnittelu**

Case: Lomayhtymä Finland Oy / Kylpylä Kivitippu

Opinnäytetyö

Kevät 2014

SeAMK Elintarvike ja maatalousala

Palvelujen tuottamisen ja johtamisen koulutusohjelma



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: SeAMK Elintarvike ja maatalousala

Koulutusohjelma: Palvelujen tuottamisen ja johtamisen koulutusohjelma

Tekijä: Satu Hautala

Työn nimi: A la carte -ruokalistan ja annoskorttien suunnittelu Case: Lomayhtymä Finland Oy / Kylpylä Kivitippu

Ohjaaja: Kirsi Nyrhinen

Vuosi: 2014 Sivumäärä: 44 Liitteiden lukumäärä: 28

---

Opinnäytetyön tavoitteena oli suunnitella ja kehittää uusi a la carte -ruokalista Kylpylä Kivitippuun Lappajärvelle. Ravintolan ruokalista on pysynyt samantapaisena jo useamman vuoden ajan, joten toimeksiantaja halusi, että ruokalistaa uudistetaan. Työn tavoitteena oli suunnitella uusi ruokalista, joka olisi samantyylinen kuin aikaisemmat ruokalistat ja samalla tehden ruokalistan annoksista nykyaikaisempia ja modernimpia.

Samalla suunniteltiin ja tehtiin selkeät annoskortit, joissa on annoksien kuvat, valmistusohjeet ja raaka-ainehinnat. Annoskorttien tarkoitus on toimia keittiöhenkilökunnan apuvälineenä keittiöllä ja auttaa heitä heidän jokapäiväisessä työssään. Annoskortit auttavat kokkeja valmistamaan tasalaatuista ruokaa kerrasta toiseen.

Annoksia suunniteltiin, testattiin ja kuvattiin Kylpylä Kivitipun keittiöllä kahtena testauspäivänä. Testaamalla annokset saatiin selville, mitkä annokset sopivat uudelle a la carte -ruokalistalle. Annosten ja ruokalistan suunnitteluvaiheessa gastronomiset tekijät eli aistinvaraiset ominaisuudet otettiin huomioon. Gastronomialla tarkoitetaan ruoan makua, väriä, muotoja ja rakennetta, tuoksua ja esille laittoa.

Uuden visuaalisen ilmeen saanut a la carte -ruokalista koostuu 23 nykyaikaisesta annoksesta, jotka ovat asiakkaiden nähtävillä uudessa painetussa ruokalistassa. Annoskortit on laitettu gastronomisessa järjestyksessä sekä kansioon keittiölle että ruokalistalle. Työssä on käsitelty ruokalistasuunnittelun peruseriaatteita ja keittiötoiminnan teoriaa.

Työ oli tarpeellinen toimeksiantajalle, koska oli ajankohtaista kehittää ravintolaan uusi a la carte -ruokalista. Uusi a la carte -ruokalista tulee todelliseen käyttöön helmikuussa 2014.

Avainsanat: Ravintolat, a la carte, ruokalista, annoskortit, ruokalistasuunnittelu

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## **Thesis abstract**

Faculty: SeAMK School of Food and Agriculture

Degree programme: Degree Programme of Hospitality Management

Author/s: Satu Hautala

Title of thesis: A la carte -menu planning and portion cards planning

Supervisor(s): Kirsi Nyrhinen

Year: 2014      Number of pages: 44      Number of appendices: 28

---

The subject of the thesis was to design and develop a new a la carte menu for the Spa Hotel Kivitippu. The menu has remained unchanged for several years, so the company wanted to renew it. The purpose was to design a new menu in the same style as the previous menus, with modern new raw-material choices and production processes.

Alongside the menu developing work, new illustrated portion cards with preparation instructions and raw-material prices were compiled, too. The portion cards were planned for the kitchen staff in order to help them in their daily work and to help the chefs to prepare homogenous portions time after time.

The portions were developed, designed, tested, and photographed in the Spa Hotel Kivitippu kitchen. During the testing days, suitable portions for the new a la carte menu were chosen. Gastronomic i.e. sensory factors were a significant part of the menu planning. Gastronomy means the taste, flavour, colour, shape, texture, smell and the presentation of the food.

The new a la carte -menu with its new visual image consists of 23 modern portions. The customers get a printed version of it. The portion cards can be found in gastronomic order both in the kitchen folder and in the menu. The thesis addresses the basic principles of menu planning and the theory of kitchen operations.

The work was necessary to the client company, because it was topical to develop a new a la carte -menu to the restaurant. The new a la carte -menu will be adopted in February 2014.

Keywords: Restaurant, a la carte, menu, portion cards, menu planning

## SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
1 JOHDANTO, TYÖN TAVOITTEET JA TARKOITUS .....	6
2 LOMAYHTYMÄ FINLAND OY / KYLPYLÄ KIVITIPPU .....	7
2.1 Liikeidea.....	8
2.2 Liikeidean merkitys ruokalistasuunnittelussa .....	9
3 KEITTIÖN JA RAVINTOLASALIN TOIMINTAYMPÄRISTÖ .....	11
3.1 Resurssit, koneet ja laitteet .....	13
3.2 Keittiön toimintaympäristö remontin jälkeen.....	15
4 RUOKALISTASUUNNITTELUN PERIAATTEET .....	16
4.1 Ruokalistasuunnitteluun vaikuttavia tekijöitä .....	17
4.2 Annossuunnittelu ja annoskoot .....	17
4.3 Gastronomia .....	19
5 SUUNNITELTAVA A LA CARTE -RUOKALISTA .....	20
5.1 Esivalmistelut .....	21
5.2 Raaka-ainevalinnat .....	22
5.3 Hävikki .....	26
5.4 Omavalvonta .....	27
5.5 Ruokalistan ulkoasu.....	28
5.6 Markkinointi ja kilpailijat.....	29
6 TUOTESUUNNITTELU JA ANNOSTEN TESTAUS KIVITIPUN KEITTIÖLLÄ.....	31
6.1 Alkuruokien ja jälkiruokien testauspäivä.....	32
6.2 Pääruokien ja muiden annosten testauspäivä.....	33
7 VAKIORUOKAOHJEET JA ANNOSKORTIT .....	35
7.1 Reseptien tekeminen Jamix -ruokaohjelmalla.....	36
7.2 Hinnoittelumenetelmät .....	37
8 TULOKSET JA YHTEENVETO .....	38

9 POHDINTA .....	39
LÄHTEET .....	41
LIITTEET .....	43

# 1 JOHDANTO, TYÖN TAVOITTEET JA TARKOITUS

Lomayhtymä Finland Oy / Kylpylä Kivitippu on Etelä-Pohjanmaalla Lappajärvellä sijaitseva kylpylä-hotelli, joka tarjoaa monipuolisia palveluita viihteen ja vapaa-ajan harrastajille. Opinnäytetyön tarkoituksena on suunnitella uusi a la carte -ruokalista, koska se on tällä hetkellä ajankohtaista toimeksiantajalle sekä minulle itselleni opiskelujeni kannalta sekä saan tästä työstä myös hyvää harjoitusta tulevaisuutta ajatellen.

A la carte -ruokalistan kehittäminen ja annoskorttien suunnittelu tehdään toimeksiantona. Suunnittelemani a la carte -ruokalista tulee todelliseen käyttöön helmikuussa 2014 Kylpylä Kivitippuun Lappajärvelle. Opinnäytetyön tarkoituksena on suunnitella ja kehittää uusi a la carte -ruokalista, joka tukee ja toimii yksiin ravintolan liikeidean kanssa edellistä ruokalistaa paremmin ja tehden ruokalistasta modernimman raaka-ainevalinnoilla ja valmistusmenetelmillä.

Lähtötilanteena on suunnitella aivan uusi a la carte -ruokalista ja hyödyntäen muutamaa raaka-ainetta, jota kutsutaan lähiruoaksi Lappajärveltä. Kyseiset raaka-aineet ovatkin olleet uskollisia raaka-aineita ruokalistoissa jo useamman vuoden. Ruokalistan suunnitteluun sain vapaat kädet suunnitella ja kehittää annoksia omia ideoitani ja oppimaani hyödyntäen.

Uudelle a la carte -ruokalistalle oli tarve niin henkilökunnan, yrityksen kuin asiakkaidenkin puolelta. Oli myös ajankohtaista alkaa suunnittelemaan uutta ruokalistaa vanhan tilalle. Uuden a la carte -ruokalistan lisäksi laadittiin jokaiselle listan annokselle omat selkeät annoskortit, joiden tarkoituksena on helpottaa ruokien valmistusta sekä parantaa henkilökunnan annostuntemusta ja auttaa kokkeja valmistamaan tasalaatuista ruokaa kerrasta toiseen.

Lopputuloksena syntyi 23 annoksen ruokalista monipuolisista raaka-aineista ja valmistusmenetelmistä hyödyntäen vanhan ruokalistan runkoa, mutta tehden siitä kuitenkin modernimman. Ruokalistan esille laittoon ja visuaaliseen ilmeeseen on panostettu ja samalla tehden ruokalistan ulkoasusta parhaan mahdollisen.

## 2 LOMAYHTYMÄ FINLAND OY / KYLPYLÄ KIVITIPPU

Kylpylä Kivitippu perustettiin pitkän prosessin jälkeen Lappajärvelle 24.11.1989. Kiinteistön, jossa Kivitippu sijaitsee, omistaa Lomayhtymä ry ja varsinaista liiketoimintaa pyörittää Lomayhtymä Finland Oy. Päätoimisto sijaitsee Helsingissä. (Nurmela. 1999). Vielä hetken aikaa sitten Lomayhtymä Finland Oy harjoitti myös toista kylpylää, lisäalassa sijaitsevaa Runnin terveyskylpylää. Nykyään Runnin terveyskylpylä kuuluu toiselle osakeyhtiölle. Osakeyhtiön toimitusjohtajana sekä Lomayhtymä ry:n toiminnanjohtajana toimii Rauno Koitermaa ja Kivitipun johtajana toimii Henry Paasikivi. Lomayhtymä ry:n toiminta-ajatuksena on järjestää hinnaltaan edullisia, tuettuja lomapaketteja asiakkaille, joilla ei olisi lomiin muuten mahdollisuuksia. (Perehdytysopas. Kivitippu. [Viitattu 14.10.2013]).

Kylpylä Kivitipun kiinteistö on suuri ja hotellihuoneita päärakennuksessa onkin 79 kappaletta. Myöhemmin 2008 rakennetussa rantasauna Aquariuksessa on kolme huonetta ja sviitti majoittautumista varten sekä hyvin kattavat kokous- ja saunatilat 50 hengelle. Päärakennuksen läheisyyteen on rakennettu vuonna 2009 ja 2013 Chalets-lomahotelli I ja II. Kivitippu pystyy majoittamaan asiakkaita Lomayhtymä Finland Oy:n omistamiin 16 huoneeseen ja loput 12 huonetta ovat ulkopuolisten henkilöiden omistusasuntoja. Päärakennuksen huoneiden käyttöaste on 76-80% ympäri vuoden. Suurin osuus Kivitipun liikevaihdosta muodostuu yksityisistä lomaviettäjäistä sekä kuntoutusasiakkaista. (Perehdytysopas. Kivitippu. [Viitattu 14.10.2013]).

Kylpylä Kivitipussa on myös kattavat sauna- ja hoitotilat sisältäen myös allasosaston sekä kosmetologien hoitotilat. Vapaa-ajan palvelut tarjoavat kaikenlaista toimintaa, mm. 18-reikäinen golf-rata Kivitipun päärakennuksen läheisyydessä, kuntosali ja monipuolista ryhmäliikuntaa Kivitipun suuressa Lappajärvi-salissa. Kivitipussa on 450-paikkainen anniskelu-, tanssi- ja ruokaravintola. Ruokailijoita kahdeksan saliin mahtuu yhteensä 250 ruokailijaa ja maksimissaan 350 ruokailijaa lisäpöytien kanssa suuremmissa tilaisuuksissa. Kivitipussa on hyvät puitteet järjestää vähän suurempiakin tapahtumia. Sekä kesäisin Kivitipun rannassa pyörii kesäravintola Rantakirppu tarjoten pientä suolaista ja juomaa 170 asiakkaalle ohjelman kera. Kivitipussa on myös hyvät mahdollisuudet järjestää kokouksia ja muita tilai-

suuksia, esimerkiksi syntymäpäiväjuhlia tai häitä. Henkilökuntaa Kivitipussa on yhteensä 45-50 henkilöä. (Perehdytysopas. Kivitippu. [Viitattu 14.10.2013]).

## 2.1 Liikeidea

Vuonna 2007 henkilöstö laati Kivitipulle uudet arvot ja vision. Kivitipun visiona on olla tunnettu ja tunnustettu kohde Suomessa ja tuottaa laadukkaita palvelukokonaisuuksia fyysisen ja henkisen hyvinvoinnin edistämiseksi. Kivitippu on tunnettu suurimpana kohteena Pohjanmaan maakuntien alueella viihteen ja vapaa-ajan palveluiden keskuksena. Kivitipulle asetetut arvot kuvaavat yrityksen toimintaa ja tärkeimpinä arvoina onkin asiakaslähtöisyys ja – tyytyväisyys. Tähän pyritään myös sillä, että myös työntekijät pysyvät tyytyväisinä ja viihtyvät työssään sekä hinta-laatusuhde pysyy hyvänä niin asiakaspalvelussa kuin muissakin palveluissa, mitä Kivitippu asiakkailleen tarjoaa. Näillä arvoilla pyritään tuottamaan täydellistä taloudellista tulosta. Kivitipun missio on toimia Lomayhtymä Oy:n toimipaikkana harjoittaen kannattavaa kylpylä – ja lomatoimintaa sisältäen monipuoliset hyvinvointipalvelut sekä kokous – ja vapaa-ajan toimintaan liittyvän palvelutarjonnan sekä kuntoutusasiakkaille, lomailijoille kuin muillekin viihteestä ja ruoasta nauttimaan tulleille asiakkaille. (Perehdytysopas. Kivitippu. [Viitattu 14.10.2013]).

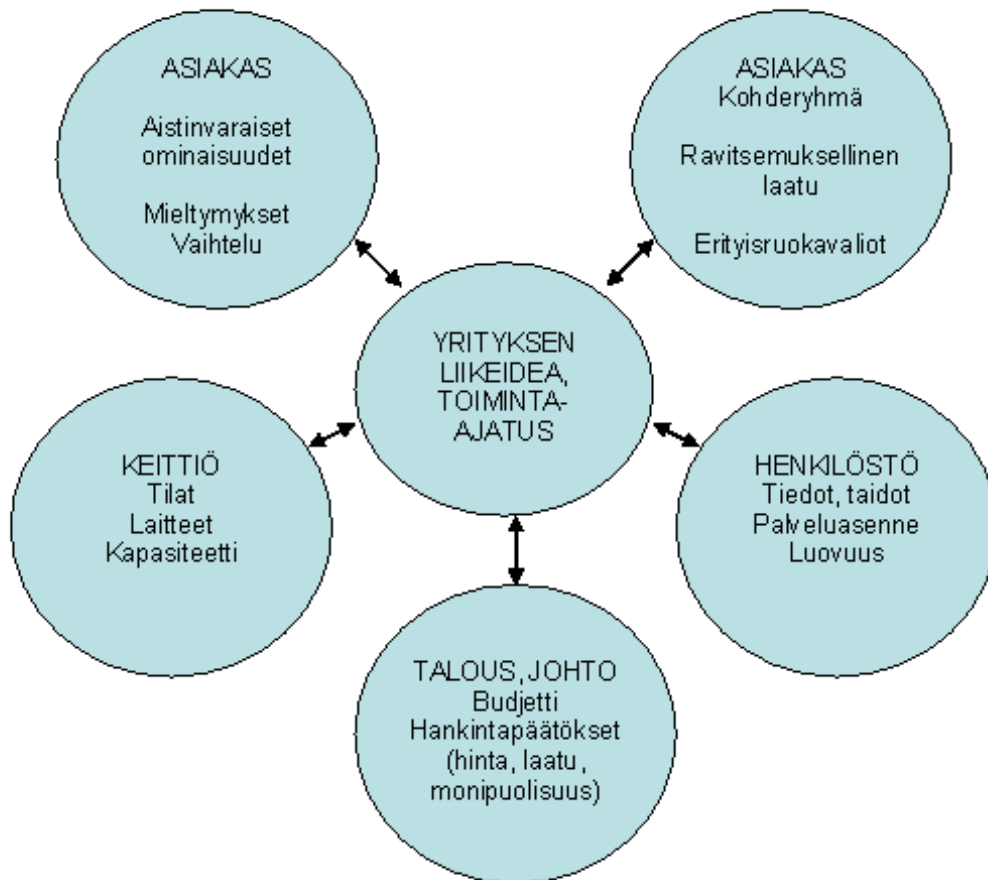
Kylpylä Kivitipun pääliikeideana on tarjota asiakkaille monipuoliset hyvinvointipalvelut, jotta asiakas pääsee hoitamaan ja kuntouttamaan itseään. Tavoitteena on huolehtia asiakkaiden kokonaisvaltaisen terveyden ja hyvinvoinnin edistämisestä ja samalla antaa mahdollisuudet aktiiviseen itsensä hoitamiseen. Liikeideaan kuuluu myös tuottaa asiakkaiden odotuksia vastaavia loma- ja elämyspalveluita läpi vuoden samalla tarjoten muita yrityksen palveluita kuten esimerkiksi kokouspalveluita, ravintolaelämyksiä sekä muuta viihdeohjelmaa eri asiakassegmenteille. Kohderyhmänä arkipäivisin ovat lomaryhmät sekä yritysasiakkaat ja viikonloppuisin palvelut ovat suunnattu vapaa-ajan viihdetoiminnalle. (Perehdytysopas. Kivitippu. [Viitattu 14.10.2013]).



## 2.2 Liikeidean merkitys ruokalistasuunnittelussa

Yrityksen liikeidea on tärkeä lähtökohta ruokalistasuunnittelussa. Tavoitteena on pystyä valmistamaan ja myymään ateriakokonaisuuksia, joita yrityksen asiakkaat haluavat. Ennen kuin ruokalistaa lähdetään suunnittelemaan, on siis jo päätetty liikeidean perusasiat: mitä valmistetaan, kenelle valmistetaan, miten valmistetaan ja millä imagolla. Tuotteen ja palvelun on oltava linjassa yrityksen imagon kanssa. Toiminta-ajatus ja yrityksen arvot vaikuttavat jokaiseen yrityksen sisällä tapahtuvaan toimintaan. Suunnittelun lähtökohtana on tarpeellista selvittää asiakkaiden tarpeet ja kohderyhmä, jolle ruokalistaa suunnitellaan. Asiakkaiden tarpeet ovat niitä asioita, joita ei voi sivuuttaa missään vaiheessa. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 37, 87).

Ruokalista on yksi tärkeimmistä ruokatuotannon palvelun toiminnasta. Ruokalista on myyntilista, jossa myytävät ruoka-annokset luetellaan hinnoiteltuina sekä gastronomisessa järjestyksessä. Tärkeää on tuntea hyvin myös eri raaka-aineet ja ruoanvalmistusmenetelmät ruokalistaa suunniteltaessa. Ruokalistasuunnittelun taustalla on pitkäjänteinen jatkuva tuotekehitysprosessi. Suunnittelussa käytetään usein pohjana edellisiä käytössä olleita ruokalistoja, vanhoja ohjeita sekä myös asiakaspalautteita. Kuvio 1 sivulla 5 kertoo tarkemmin mitkä ovat ruokalistasuunnitteluun sisältyvät osa-alueet.



Kuvio 1: (Ruokalistasuunnitteluun vaikuttavia asioita. 2006. Suomen virtuaaliammattikorkeakoulu).

### 3 KEITTIÖN JA RAVINTOLASALIN TOIMINTAYMPÄRISTÖ

Keittiön tilat ovat suunniteltava järkevästi, koska sen avulla työskentely ja kulkeminen keittiöllä toimivat sujuvasti. Laittekapasiteetin tulee vastata keittiön toimintaa ja ruoanvalmistukseen tarvittavat työtasot ja laitteet ovat sijoitettu niin, että tuotanto ja ruokien valmistus sujuu moitteettomasti. Toimivaan keittiöympäristöön kuuluu myös tavaran vastaanotto ja varastointitilat, useita työtasoja esikäsittely-, valmistus- sekä kypsennysmenetelmille sekä tärkeää on myös huolehtia astioiden säilytyksestä ja siitä, että astiahuolto toimii, unohtamatta jätehuollon järjestelyitä. Monissa tuotantokeittiössä käytetään vaunuja helpottamassa työtasojen kuormitusta, varsinkin silloin jos valmistettavan ruoan määrä on suuri. Ravintolan tuotantokeittiöissä tilaa ylimääräiseen ei juurikaan ole, joten on tarpeellista huomioida päivittäisten tavaroiden sijoittelu niin, ettei työpäivän aikana turhia askeleita pääsisi syntymään, vaan työskentely keittiöllä olisi mahdollisimman tehokasta. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 14, 81, 102).

Ammattikeittiöiden tulee olla tehokkaita ja tuottavia. Niissä valmistetaan päivittäin suuria määriä ruokaa asiakkaille satoja, jopa tuhansia annoksia. Ravintolan keittiö eroaa suuremmista tuotantokeittiöistä, kuten sairaaloista ja kouluista siten, että siellä on käytössä useampia ruokalistoja, joiden avulla keittiötoiminta pyörii. Näitä ovat esimerkiksi lounasruokalistat, a la carte -ruokalistat sekä tilaus- ja kokousmenut. Lounaan valmistustapa onkin hyvin samankaltainen suuremman tuotantokeittiön toimintatavan kanssa, koska silloin myös pienemmän ravintolan keittiössä lounasta valmistetaan suuremmalle asiakasmäärälle. Ravintolan keittiössä myös valmistetaan ruokaa a la carte -ruokalistan mukaan, jolloin keittiön väki valmistaa yksittäisiä annoksia päivän menekin mukaisesti. Yhtenä suurena palveluna keittiössä on myös erityisruokavalioiden valmistaminen. Erityisruokavaliot ovat suuri osa ruokalistasuunnittelua. Yksittäisten ruoka-annosten valmistaminen ja tarjoilu on asiakkaan yksilöllistä palvelua. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 14, 81, 102.)

Keittiösuunnittelun suurimpana tavoitteena on rakentaa toimiva keittiöympäristö, jossa työntekijöiden on mahdollista valmistaa liikeidean mukaista ruokaa. Mutta jos laitekapasiteetti ei vastaa toiminnan vaatimuksia, ravintolan on erittäin haastavaa yltää näihin vaatimuksiin. Vääränlaisella laitteistolla on vaikea saada aikaan

tasalaatuista ruokaa. Avokeittiöt rajoittavat tietysti laitekapasiteetin valintaa sekä niiden sijoittamista keittiöön. Kun annosten valmistustyö tuodaan asiakkaan nähtävälle, on siis tärkeää, että keittiön laitekapasiteetin on oltava ulkonäöllisesti ravintolan imagon mukainen. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 17-18). Ammattikeittiö on kokeille vaativa työympäristö, koska asiakkaiden toiveet vaihtelevat, laitteet ja raaka-aineet uusiutuvat sekä hygienian ja omavalvonnan säännöt muuttuvat ja tärkeää on myös pyrkiä löytämään mahdollisia säästökeinoja. (Mauno & Lipre. 2008. 8).

Kivitiipun keittiössä valmistetaan joka päivä aamiainen majoittujille sekä myös ulkopuolisille maksaville asiakkaille. Arkipäivinä kokit valmistavat lounaan sekä päivällisen ja valmistavat mahdollisten kokoustapahtumien tarjottavat. Viikonloppuisin tarjolla on pitemmän aikaa kestävä lounas ja iltaisin panostetaan a la carte -annosten valmistamiseen. Aamuvuoron työpäivään kuuluu myös hoitaa tarvittavat valmistelut iltavuoroa ja a la carte -ruokalistaa varten. Aamupalanhoitaja työskentelee yksin ja lounasvuoroon tarvitaan lämpimän pääruoan valmistava kokki sekä kylmän puolen kokki, joka valmistaa alkuruoat sekä jälkiruoat. Iltavuorossa myös tarvitaan molemmille puolille omat kokit. Henkilökuntaa keittiömestarin lisäksi keittiössä työskentelee 8-10 kiireestä riippuen. Keittiöllä on käytössä kuuden viikon kiertävä lounas- ja päivällislista. A la carte -ruokalista uusitaan vuodessa 3-4 kertaa tarpeen mukaan.

Tällä hetkellä Kivitiipun keittiöön tehdään remonttia ja koko keittiö saa uuden ilmeen. Remontointi on alkanut jo tammikuussa 2013 ja osa keittiöstä onkin jo uusittu. Eteinen ja kylmiöt ovat nyt nykyaikaisia ja tilavia sekä myös tiskihuone on uudistettu käytännölliseksi uudella koneella ja pitkällä kuljetushihnalla ja runsaalla astioiden säilytystilalla. Kylmiöt ovat aseteltu saman käytävän ääreen ulko-oven läheisyyteen joten kuormanpurku on tehty helpoksi, koska kylmiöt ovat lähellä. Keittiön kokonaispinta-ala on 184,4 m<sup>2</sup>.

Kivitiipun keittiö on 24 vuotta vanha ja sitä on aina hiljaksen uusittu laitteilla tai jollakin muulla materiaalilla. Mutta nyt on aika saada keittiö ja laiteteknologia nykyaikaiseksi ja työskentely keittiöllä sujuvaksi. Tuotantokeittiön remontti alkaa tammikuussa 2014 ja vanhasta keittiöstä jää jäljelle kaksi moitteettomasti toimivaa uunia, sekä käytössä oleva toimiva yleiskone huolletaan. Remontti pyritään saa-

maan aikataulussa valmiiksi parin kuukauden kuluessa. Uuden keittiön valmistuksen myötä myös ravintolasali uusitaan myöhemmässä vaiheessa. Remontoidusta keittiöstä tulee avokeittiö. Remontin ajaksi keittiölle tehdään erillinen työpiste, jossa voidaan valmistaa lounaan antimet sekä muut yksittäiset annokset.

Kivitiipun ravintolasalissa henkilöstöä työskentelee saman verran kuin keittiössä, myöskin kiireestä riippuen. Aamuvuorossa ravintolapäällikön lisäksi työskentelee yksi tarjoilija, joka katsoo lounaalle ja päivälliselle tarvittavat asiat kuntoon. Iltavuorossa myös tarvitaan kaksi tarjoilijaa. Viikonloppuisin salihenkilökunnan määrä kaksinkertaistuu. Ravintolassa on kaksi salia, joista toinen toimii aamupalan ja lounaan ruokailutilana sekä iltaisin ja viikonloppuisin siellä järjestetään ohjelmaa ja esiintyjä, esimerkiksi tanssiorkestereita ja karaokea. Kyseisessä salissa on myös tanssilattia. Ravintolasalin toisen salin toiminta painottuu enemmän iltatoimintaan ja a la carte - ruokia nauttiville asiakkaille. Ravintolassa on myös kaksi baaria, joista toinen on kokopäiväisesti käytössä asiakkaille. Kulku baariin on helppoa asiakkaille, koska sen sijainti on ulko-oven läheisyydessä. Siellä on asiakkaille tarjolla kahvia, leivonnaisia, sämpylöitä, virvokkeita ja alkoholijuomia. Ravintolassa on A-oikeudet. A la carte - salin baari on pääosin suunnattu juomia nauttiville asiakkaille. Tilaa ravintolasalista ja baarista yhteensä löytyy 500 m<sup>2</sup> verran.

### **3.1 Resurssit, koneet ja laitteet**

Nykypäivänä keittiön laitekapasiteetti on suunniteltu ja kehitetty niin, että laitteet ja koneet ovat monitoimisia ja niillä pystyy monipuolisesti erilaisin valmistusmenetelmin valmistamaan erilaisia ruokia. Monet laitteet keventävät työtä sekä säästävät aikaa ja energiaa. Ruoanvalmistus ja työskentely ovat turvallisempaa, monien mielestä myös mielekkäämpää tehokkailla monipuolisilla laitteilla. Monitoimiset laitteet parantavat valmistettavan tuotteen laatua ja niiden tuottavuutta. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 27).

Ruokalistasuunnittelussa pitää ottaa huomioon tilat, koneet ja laitteet, jotka mahdollistavat ruokalistan toteutuksen ja monipuolisuuden, unohtamatta henkilökunnan ammattitaitoa ja kykyjä valmistaa annoksia. Monitoimiset laitteet auttavat ruokalistasuunnittelussa, koska ne tarjoavat mahdollisuuksia lisätä listalle erilaisin

menetelmin valmistettuja annoksia. Esimerkiksi uunissa haudutettua, parilalla grillattua sekä savustettua. Ruokalistasuunnittelussa on erityisen tärkeää huomioida koneiden ja laitteiden käyttökapasiteetti. Kaikkia annoksia ei voida suunnitella valmistettavaksi pelkästään uunilla tai painekeittoakaapilla, vaan silloin laitteiden käyttö kuormittuu ja se hidastaa annoksien valmistamista ja annoksen tarjoilua asiakkaalle. On erityisen tärkeää, että ruoka-annos saapuu asiakkaalle ajoissa n. 20 minuutin kuluessa, eikä asiakkaan tarvitse turhia odotella. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 27, 102). Yhdestä työpisteestä ei saa nousta liikaa annoksia ja komponentteja, jotta työ ei kuormittuisi vaan annokset lähtisi sujuvasti asiakkaalle. Komponenttien jako tasapuolisesti eri annostelupisteille on tärkeää. (Herlevi 2013).

Koneet ja laitteet ovat keittiön suuri investointi. Koneiden hankintaa tulee harkita huolellisesti ja miettiä tarkkaan kuinka laitteet parhaiten palvelevat ravintolan toimintaa. Yritystä perustaessa kannattaa laitekapasiteetti hankkia vasta liikeidean ja ruokalistasuunnittelun jälkeen ja jo olemassa olevassa yrityksessä ruokalista tulisi suunnitella ottaen huomioon käytössä olevat laitteet ja sopeuttaa ruokalista laitteiden antamiin resursseihin. Erilaiset valmistusmenetelmät tarvitsevat erilaisia koneita ja laitteita ja työllistävät laitteita erilailla. Siksi on tärkeää miettiä ruokalistaa suunniteltaessa, että miten laitteistoa voisi käyttää mahdollisimman monipuolisesti ja valmistaa annoksia eri valmistusmenetelmin kuormittamatta laitteita. (Lehtinen, Peltonen & Talvinen. 2003. 56-57).

Remontista johtuen tällä hetkellä Kivitiipun keittiön toiminta on hieman sekavaa ja kaikki tavarat eivät ehkä ole oikeilla paikoillaan, mutta työnteko ja ruoanvalmistus kuitenkin sujuvat kohtalaisesti olosuhteisiin nähden. Vaatii paljon henkilökunnalta pystyä työskentelemään remontin keskellä ja samalla huomioiden asiakkaiden tarpeet ja saada aikaan laadukasta ruokaa. Koneiden ja laitteiden toimivuus tällä hetkellä on ihan riittävä tilanteeseen nähden ja kokit pystyvät valmistamaan lounaan sekä muut ravintolan annokset. Remontin ajaksi keittiölle rakennetaan työpiste, jossa valmistetaan lounas ja muut annokset niin kauan, kunnes uusi keittiö on valmis ja tavarat ja laitteet saatu oikeille paikoilleen.

Keittiön laitteisto toimii niiden ikään nähden melko hyvin. Laitteilla pystytään valmistamaan päivän ruoat hyvin, vaikka osasta laitteista onkin jo jouduttu luopu-

maan. Esimerkiksi kylmävetolaatikoita on mennyt rikki niin, että niitä on turha lähteä enää korjaamaan, koska korjaus maksaa jo melkein saman verran kun uuden vetolaatikoston hankinta. Keittiö on vanha ja kovasti jo remontin tarpeessa, eikä sinne ole kovin suuria muutoksia tehty, mutta tietysti laitteistoa ja välineitä on uusittu aina tarpeen mukaan. Remontille on siis erittäin suuri tarve ruoanvalmistuksen ja työolojen kannalta kuin myös henkilökunnan jaksamisenkin.

### **3.2 Keittiön toimintaympäristö remontin jälkeen**

Keittiön toimintaympäristö ja työtilat ovat aivan uudet. Keittiön tuotantoprosessi ei tule muuttumaan remontin myötä vaan tuotanto pysyy samana. Keittiöllä tullaan valmistamaan edelleen aamiaista, lounasta, päivällistä ja iltaisin a la cartea. Keittiö on tavallaan muuttanut muotoaan, koska annosten kokoamispiste on vaihtanut paikkaa kokonaan tehden keittiöstä nykyaikaisen avokeittiön ja työskentelypisteistä tilavia. Keittiöön on tehty kaksi annostelupistettä, josta toisesta nousee kylmät tarjottavat annokset ja toisesta lämpöiset annokset. Annostelupisteessä on paljon työtasoja, lämpökaappeja, lämpölappuja sekä muuta säilytystilaa esivalmistelluille raaka-aineille sekä astioille. Myös ravintolan sali saa uuden ilmeen. Orkesterin lava ja tanssilattia vaihtavat paikkaa ja tilalle tulee uusi paikallaan pysyvä linjasto lounasta ja päivällistä varten. (Pakulla 2014).

Keittiön kylmiöt ja pakkanen ovat sijoitettu ulko-oven läheisyyteen helpottaakseen kuormanpurkua ja tavaroiden sijoittelua kylmiöihin. Tuotantokeittiön puolelle jää ainoastaan kuiva-ainevarasto sekä yksi kylmiö, jossa säilytetään päivän lounastarvikkeet ja sellaiset raaka-aineet, joita tarvitaan päivittäin työssä. A la carte -esivalmisteluille on myös omat kylmiöt ja ne ovatkin annostelupisteiden läheisyydessä ja näin ollen annostelu sujuu helposti, kun kaikki tarvittavat komponentit löytyvät aivan käden ulottuvilta. (Pakulla 2014).

## 4 RUOKALISTASUUNNITTELUN PERIAATTEET

Ruokapalveluita tuottavan yrityksen varmasti yksi tärkeimmistä suunnittelun kohteista on ruokalistasuunnittelu. Ruokalista on myynnin työkalu, jossa ruokannokset ovat lueteltuna gastronomisessa järjestyksessä ja valmiiksi hinnoiteltuna yksittäin. Ruokalistasuunnittelun tulee tukea yrityksen ideaa, toimintaa sekä arvoja. Ruokalistaa suunniteltaessa on erittäin tärkeää tietää kohderyhmä, jolle ruokaa valmistetaan ja ottaen huomioon asiakkaiden tarpeet. A la carte -termillä tarkoitetaan ruokalistan mukaan, asiakkaan tilauksesta valmistettavia annoksia. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 87-88).

Ala carte -ruokalista sisältää useamman ruokalajin jaettuna alkuruokiin, pääruokiin sekä jälkiruokiin. Asiakas tilaa listalta yksittäisiä annoksia tai sitten annoksista koottuja menuja. Ravintoloissa on myös käytössä suositus- ja kokousmenuja, jotka koostuvat listan annoksista edullisempaan hintaan, esimerkiksi asiakas itse voi koota menun ruokalistan annoksista. Ruokalistojen on oltava monipuolisia ja eikä annoksen raaka-aineissa, muodoissa ja väreissä saa olla liikaa toistoa. Ala carte -ruokalistoja uusitaan liikeidean mukaisesti 2-4 kertaa vuodessa. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 86-88).

Ruokalista toimii perustana koko keittiötoiminnalle. Huolellisesti suunnitellun ja viimeistellyn ruokalistan avulla voidaan määrittää keittiön osa-alueiden esimerkiksi henkilökunnan sekä koneiden ja laitteiden tarpeen. Sen perusteella myös raaka-aineiden ja muiden elintarvikkeiden hankintaa ja varastointia pystytään toteuttamaan kannattavasti. Ruokalistat toimivat koko keittiön suurimpana keskipisteenä ja toimintaohjeina, joiden suunnitteluun panostamalla saadaan toiminnasta kannattavaa. Samalla tietysti säilyttäen henkilökunnan työmotivaation ja mielenkiinnon työhön korkealla sekä pyritään takaamaan asiakkaiden viihtyvyys ja tyytyväisyys. (Suominen. 2000. 5).



#### **4.1 Ruokalistasuunnitteluun vaikuttavia tekijöitä**

Ruokalistan tulee olla linjassa ravintolan kanssa. (Herlevi 2013). Muita ruokalistasuunnitteluun huomioon otettavia tekijöitä ovat ravitsemussuositukset, budjetti, resurssit, henkilökunnan ammattitaito, raaka-aineiden monipuolisuus ja saatavuus, makujen ja muotojen yhdistäminen, sesongit sekä ruokalistan oikeaoppinen kieli ja gastronomiset tekijät ja annosten järjestys ruokalistalla. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 88).

#### **4.2 Annossuunnittelu ja annoskoot**

Annossuunnittelun lähtökohtana ovat listasuunnittelun raamit, liikeidea, raaka-aineiden saatavuus ja valmistuksen helppous. Annosta suunniteltaessa ensiksi valitaan pääraaka-aine, koska se on annoksen merkittävin osa. Sen jälkeen kun pääraaka-aine on valittu, lähdetään miettimään raaka-aineen valmistustapaa, lisäkkeitä, kastikkeita ja muita mahdollisia lisäkkeitä. Tarpeellista on myös miettiä, miten annos tulee tarjolle ja montako komponenttia tulee ja minkälaiselta lautaselta annos tarjotaan. Maustamisessa on tärkeä muistaa se, että maustamisen tulee korostaa tuotteen ominaismakua, ei peittää sitä. Myös koristeiden tarkoitus on korostaa pääosassa olevaa raaka-ainetta, ei peittää sitä alleen. Myös värit ovat annoksessa tärkeitä tekijöitä. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 107-108, 114).

Raaka-aineiden monipuolisuus annoksissa on tärkeää ja sen takia raaka-aineiden ja komponenttien rakenteen tulisi olla annoksessa erilaisia. Annoksen komponentit eivät saa olla samanlaisia rakenteeltaan, koska se saattaa olla tylsää syötävää pitemmän päälle, esimerkiksi pehmeä keitto ja tuorejuusto. Annokseen voisi esimerkiksi laittaa rapeita leipäkrutonkeja keiton päälle, joka tekisi annoksesta heti mielekkäämmän, kun on pehmeää keittoa ja rapeita krutonkeja. (Herlevi 2013). Rakennetta voi aistia kahdella tavalla ja alkukäsityksen ruoasta antaa ensimmäinen puraisu. Puraisu kertoo ruoan rakenteesta ja rakenteen tunnustelu jatkuu sitä pureskeltaessa. Rakenne voi parantaa makuelämystä, jos siinä yhdistää samanlaisesti rakenteiden vastakohtia. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 115).

Annosten asettelun peruseriaatteena on etsiä kultainen leikkauspiste ja se sijaitsee lautasen keskeltä vähän alaspäin. Siihen paikkaan laitetaan se raaka-aine jota halutaan korostaa, esimerkiksi pääraaka-aineeksi valittu liha tai kala. Paras vaihtoehto on usein asettelun selkeys ja yksinkertaisuus. Asettelussa pitää myös muistaa se, että tummat värit asetetaan lautaselle alaosaan kun taas kevyemmät ja vaaleammat komponentit asetetaan ylemmälle. Komponenttien lukumäärä annoksessa kertoo myös sen, kauanko aikaa annoksen kokoamiseen kuluu. Annoskor-teista on hyötyä tässäkin, koska niissä on usein valmiin annoksen kuva, joten annoksen kokoaminen sujuu helpommin. Komponenttien määrä annoksissa voi muuttua, joissakin voi olla useampi, kun taas toisessa vähemmän. (Lehtinen, Peltonen & Talvinen. 2003. 95-96).

Annoskoko määräytyy ruokalajin tai ateriakokonaisuuden mukaan. Annoskoko on tärkeä myös ravintosisällön sekä hinnan laskemisessa. Annoskoot on oltava jokaisessa samassa annoksessa samat, eivätkä saa muuttua matkan varrella. Eniten annoskokoon vaikuttaa ravintolan liikeidea. Yleensä a la carte -annokset ovat kooltaan pienempiä kuin lounaalla tarjottavat annokset. Tästä syystä annoskorttien tärkeys kasvaa, ja niiden avulla pystytään valmistamaan tasalaatuista ruokaa ja samankokoisia annoksia kerrasta toiseen. Seuraavasta kuviosta käy ilmi keskimääräiset tarjoiluannoskoot. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 35, 50-51).

Keskimääräisiä tarjoiluannoskokoja	
Alkuruokakeitto	120-150g
Alkuruokasalaatti	120-150g
Lisäkekasvis	60-80g
Lisäkeperuna	120-150g
Kastike	60-80g
Liha/kala/kana/kasvis	120-150g
Jälkiruoat	100-120g

Kuvio 2: Keskimääräisiä tarjoiluannoskokoja. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 50-51).

### 4.3 Gastronomiam

Ruokalistasuunnittelun yksi tärkeimmistä osa-alueista on gastronomiset tekijät, eli ruoan aistinvaraiset ominaisuudet. Gastronomiam tutkii makuaistin tuottamaa mielihyvää sekä luokittelee raaka-aineet niiden eri ominaisuuksien perusteella ja osoittaa mitkä raaka-aineet ja valmistusmenetelmät soveltuvat tarjottavaksi keskenään. Gastronomisilla tekijöillä tarkoitetaan lähinnä ruoan makua, tuoksua, väriä, rakennetta, muotoja sekä tarjolle laittoa. On myös tärkeä muistaa, että lämpötila on suuressa osassa ruoan ominaisuuksissa. (Lehtinen, Peltonen & Talvinen. 2003. 122-123). Ruoan arvostuksen sekä sen ensiluokkaisen valmistustaidon juuret ovat syvällä Ranskassa, ja siksi gastronomian sanasto on täynnä ranskankielisiä termejä. (Gastronomiam. Paistinkääntäjät ry. [Viitattu 9.11.2013]).

Ruoan maku on monelle asiakkaalle tärkein ruokaan liittyvä ominaisuus, mutta myös värit ja sommittelu voivat herättää ruokahalua, ns. silmänruokaa. Väreillä pystytään luomaan annoksesta houkuttelevampia, mitä useampia värejä annoksessa on käytetty. Värien käyttö ja väriyhdistelmät ovat syytä ottaa huomioon jo ruokalistaa suunniteltaessa sekä raaka-aineiden valinnassa. Väreillä saadaan annoksen ulkonäköön enemmän arvoa. Houkuttelevia värejä ovatkin punainen, oranssi, keltainen ja vihreä kun taas tummat väri vaihtoehdot eivät ole kovin houkuttelevia. (Suominen. 2000. 15-17).

## 5 SUUNNITELTAVA A LA CARTE -RUOKALISTA

Olen suunnitellut tätä ruokalistaa ja sen annoksia mielessäni jo pitemmän aikaa. Osa annoksista tai annoksen komponenteista ovat sellaisia, jotka ovat kaiken oppimani ja työkokemuksen aikana mieleen jääneitä raaka-aineita tai makujen yhdistämistä. Olen pitänyt niitä mielessäni jo useamman vuoden ja tarkoitus on ollut laittaa ne omalle ruokalistalle, jonka saisin joskus tulevaisuudessa tehdä. Sitten aloin tarkemmin miettiä, että tähän on minun ruokalistani ja voin laittaa annokset juuri tälle listalle, ja siellä ne nyt ovat. Ruokalistaa oli helppo toteuttaa, kun mielessä oli niin paljon kaikkea jo valmiiksi, tarvitsi vain koota ruokalista ja testata ruokalistan annokset.

Ruokalistaa suunniteltaessa olen ottanut huomioon komponenttien valmistamisen, annosten kokoamisen, annoksien esille laittamisen, komponenttien muodot, määrät ja värit ja pyrin myös miettimään, miten samoja raaka-aineita voitaisiin hyödyntää eri annoksissa. Tärkeää on myös miettiä annosten valmistamisen helppoutta. Kaikissa pääruoka-annoksissa on samat kasvikset. Komponenttien muotojen miettiminen oli haastavaa, koska niissä ei saa olla liikaa toistoa. Olen sitä mieltä, että mitä enemmän erilaisia muotoja annoksessa on, se tekee annoksesta arvokkaamman ja kauniimman näköisen. Mielessäni olikin paljon erilaisia annoksia ja muotoja sekä esille laittoja, mutta piti kuitenkin ottaa huomioon annossuunnittelussa resurssit ja se, että Etelä-Pohjanmaan alueella pääkaupunkiseudun kaltaiset annokset eivät ehkä menestyisi niin hyvin. Senkin takia annoksia jouduttiin muokkaamaan hieman yksinkertaisimmiksi.

Suunnittelin itse kaikki reseptit alusta alkaen ja talon puolesta tulee kaksi reseptiä. Punaviinikastike ja suppilovahverokastike tehdään samalla ohjeella kuin aikaisemminkin, koska se on todettu hyväksi ja toimivaksi ja asiakkaat tietävät miltä Kivitipun punaviinikastike ja suppilovahverokastike maistuvat. Joihinkin ruokalistan resepteistä olen ottanut mallia valmiista ohjeista ja muokannut niistä omanlaisen tai sitten olen ottanut jonkun tietyn osan jostakin reseptistä. Sekä olen myös ottanut riskejä ja kokeillut erilaisia makuja, jotka testauksen jälkeen eivät ehkä olleetkaan niin sopivia ja näin ollen vaihdoin ne maut joihinkin toisiin.

Suurimmat ideat ja mieltymykset tämän ruokalistan tekemiseen muodostui oman harjoittelupaikan myötä tulleista ideoista ja uusista kokemuksista. Kyseinen ravintola sijaitsee Helsingissä ja toteuttaa eri ruokakulttuuria. Sieltä mukaan tarttui niin raaka-aineita, valmistusmenetelmiä kuin myös erilaisia makuja ja jopa tarjoilutapa ja esille laitto on jäänyt mielenkiintoisempana asiana mieleeni. Modernisuutta yritin tuoda tähän listalle siten, että kiinnitin huomiota gastronomisiin tekijöihin sekä samalla ottaen vaikutteita eri ruokakulttuureista. Liikaa kuitenkin eri maiden ruokia en voinut ruokalistan annoksiin laittaa, koska annokset piti saada mukautettua yrityksen liike-idean mukaiseen toimintaan.

Suunnittelemani ruokalista on hyvin toteutettavissa Kivitiipun keittiön toimintaympäristössä. Annokset ovat suhteellisen yksinkertaisia, eikä luulisi olevan kovinkaan haastavaa valmistaa annoksia. Työ oli aika laaja ja suunnittelu vei suurimman osan ajasta, jos kirjoittamista ei lasketa. Mutta suunnittelu oli kuitenkin miellyttävää, koska tein tutkimusretkiä pääkaupunkiseudun ravintoloihin maistelemaan ja katselemaan uusia ruokia ja makuja. Niistä syntyi paljon ideoita ja ideat pääsivät valloilleen oman ruokalistan suunnittelussa.

Ruokalistan suunnitteluun olen käyttänyt paljon aikaa. Pyörittelin mielessäni ruokalistan annoksia ja erilaisia makuja useita kuukausia. Ensimmäinen versio ruokalista syntyi keväällä 2013. Ruokalistan annoksia on mietitty tarkkaan ja huolella ja pitkän suunnittelun jälkeen annoksista tuli juuri sellaisia kuin olin suunnitellut. Haastavinta ruokalistan suunnittelussa oli se, kun mielessäni oli erilaisia ja eksoottisempia makuja ja raaka-aineita joita olisin ruokalistalle halunnut. En uskaltanut laittaa niitä ruokalistalle, koska piti ottaa huomioon annosten menekki ja resurssit niin päätin niistä sitten luopua.

## **5.1 Esivalmistelut**

On tärkeää, että ruokalistan esivalmistelut ovat kunnossa. Annosten täytyy valmistua tehokkaasti ja tämä tarkoittaa sitä, että jokaista komponenttia on oltava valmiina suurempi määrä useampaa annosta varten. Tarkoittaa sitä, että kun keittiössä on kiire ja annoksia menee enemmän, niin komponentit eivät pääse loppumaan kesken annostelun. Eikä silloin tarvitse alkaa valmistamaan jotakin tuotetta kiireen

keskellä lisää, silloin vaan menee aikaa hukkaan ja asiakkaat joutuvat odottamaan annoksiaan kauemman aikaa. (Lehtinen, Peltonen & Talvinen. 2003. 94).

Monissa ravintolan keittiöissä raaka-aineiden esivalmisteluista puhutaan nimellä ”misa” tai ”misat” ja keittiön työskentelyssä usein käytetäänkin ns. misa-listaa. Misa-termi tulee ranskankielisestä sanasta *Mise en place*, joka tarkoittaa kaiken tarvittavan laittoa valmiiksi. (Hämäläinen & Lehtovaara. 2005. 356).

Suunnittelemani ruokalista sisältää paljon erilaisia komponentteja ja on tärkeää, että jokaista niitä on aina valmiina useampaan annokseen. Ilman hyviä esivalmisteluja, annosten kokoaminen ei voi toimia kovin tehokkaasti ja sujuvasti. Monissa keittiöissä on käytössä niin sanottu misa-lista helpottaakseen esivalmisteluita. Kokit tekevät misa-listaan merkintöjä siitä, että mikä tuote on loppu ja mitä pitää tehdä seuraavaa päivää varten. Listan noudattaminen takaa sen, että mikään tuote ei pääse loppumaan eikä turhat pilkkomiset ja leikkaamiset kesken annostelun haittaa annosten valmistamista ja tarjoilua asiakkaalle.

## **5.2 Raaka-ainevalinnat**

Raaka-aineen laatu on merkittävä tekijä. (Herlevi 2013). Raaka-aineiden hankinta, tilaaminen sekä varastointi ovat ruokatuotantoprosessin yksi suurimpia tekijöitä ruokalistasuunnittelussa. Tarpeellista on siis tehdä lista käytettävistä raaka-aineista, esimerkiksi annoskorttien avulla, niin hankintoja voidaan suunnitella etukäteen ja raaka-aineiden hankinta on helppoa kun tietää mitä pitää tilata. Raaka-ainevalinnat pitää olla realistisia ja mukautua samalla yrityksen liikeideaan. Tärkeää on myös selvittää käytettävien raaka-aineiden ympärivuotinen saatavuus. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 30, 32).

Ruokalista ja siihen kuuluvat raaka-ainehankinnat ovat vähän niin kuin suuri peli, jossa palaset on saatava kohdalleen. Pelaajan on osattava suunnittelutyön tärkeät peruseriaatteet, pysyttävä tavoitteissa, vastattava asiakkaiden tarpeisiin ja vaatimuksiin sekä pystyttävä suhteuttamaan tämä kaikki jo olemassa oleviin resursseihin. Ravintolat tekevät ostosopimuksia tavarantoimittajien kanssa, joiden palveluina on tarjota helpotusta raaka-ainehankintoja tehdessä ja luoda tietyt peli-

säännöt tilauksia varten. Joustavan ja luotettavan yhteistyökumppanuuden luominen tavarantoimittajan kanssa on yksi tärkeimmistä tavoitteista, varsinkin silloin kun solmitaan uusia ostosopimuksia ja valitaan sopivimmat tavarantoimittajat. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 125-126).

Myös hyvin suosittuja raaka-aineita ovat sesonginmukaiset tuotteet. Sesongilla tarkoitetaan esimerkiksi vuosittain säännöllisesti toistuvaa tietyn pituista ajanjaksoa. Ajanjaksoja ovat esimerkiksi marjojen kypsyminen, sienien esiintyminen tai riistaeläimen pyyntiaika. (Lehtinen, Peltonen & Talvinen. 2003. 130). Raaka-aineet voivat olla tuoreita tai käsiteltyjä niin, että ne kestävät säilytystä. Joitakin raaka-aineita on saatavana tuoreena vain muutaman kuukauden ajan vuodessa. Niiden merkitys ruoanvalmistuksessa on suuri ja ne korostavat itseään juuri kyseisenä sesonkiaikana. Myös sesonkiraaka-aineiden hinta saattaa olla korkeampi kuin muulloin. Sesonkiaika on useimmiten lyhyt ja raaka-aineiden saatavuus jääkin hyvin lyhytaikaiseksi, mikä tekeekin raaka-aineista kysytyjä. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 130-131).

Kivitiipun keittiössä käytettävät raaka-aineet ovat yksinkertaisia, monipuolisia sekä pääosin kotimaisia. Keittiössä suositaan lähiruokaa Lappajärveltä. Lähiruoka ei muuten ole suuressa osassa keittiön raaka-ainevalinnoissa, mutta Lappajärveltä löytyy muutama hyvin tarpeellinen raaka-aine, jotka ovatkin olleet jo vuosia monipuolisesti käytössä lounaslistoissa sekä a la carte -ruokalistoissa. Kyseisiä suosittuja raaka-aineita ovat Lappajärven kuha, siika, muikut ja hauki. Lappajärven kalat ovat kuuluisia tuoreudestaan myös muissa lähipitäjien ravintoloissa ja sitä kutsutaankin usein lähiruoksi. Suuren menekin takaa kalojen ympärivuotinen saanti.

Myös marjat ovat suosittuja raaka-aineita varsinkin jälkiruoissa, kuten vadelmat, herukat ja tyrni. Muutamia sesonkituotteita ovat kovassa käytössä Kivitiipun ruokalistoissa ja positiivista on se, että niitäkin saa ympäri vuoden joko tuoreena tai pakasteena. Ruokalistoissa käytetään myös paljon suppilovahveroa ja se onkin pysynyt luotettavana raaka-aineena ruokalistoissa jo useamman vuoden. Paikallinen tavarantoimittaja toimittaa kaikki kyseiset raaka-aineet. Raaka-ainekustannukset ovat vuodessa 500 000 euroa ja kuukaudessa n. 35 000 euroa.

Olen suunnitellut kyseisen a la carte -ruokalistan annoksia siten, että olen käyttänyt annoksissa näitä samoja raaka-aineita Lappajärveltä, mitä on aikaisemminkin ollut käytössä. Raaka-aineet ovat suosittuja ja monet asiakkaat tietävätkin saavansa kala-annoksensa kalan suoraan Lappajärvestä. Myös tämä tulee ilmi ruokalistassa esimerkiksi: paistettua Lappajärven kuhaa.

Tärkeää ruoanlaitossa ovat raaka-aineiden oman maun ja rakenteen kunnioitus sekä parhaat mahdolliset raaka-aineet ja haluan tuoda niiden parhaat ominaisuudet esille. Ruokalistassa käytettävät raaka-aineet ja valmistusmenetelmät ovat hyvin tavallisia ja yksinkertaisia ja soveltuvat valmistettavaksi nykyisessä toimintaympäristössä ja varsinkin uudessa täysin moitteettomasti. Olen valinnut raaka-aineita ruokalistalle niin, että olen huomioinut niiden ympärivuotisen saatavuuden ja säilyvyyden. Ruokalistalla on aika paljon samoja raaka-aineita kuin nyt, mutta suunniteltava ruokalista on vähän modernimpi tuoden muutamalla uudella raaka-aineella pienen vivahduksen uudenlaista ilmettä.

Olen valinnut kasvislisäkkeen käyttämällä mahdollisimman värikkäitä kasviksia. Kasvislisäkkeeseen kuuluu keltainen ja punainen paprika, kesäkurpitsa sekä punasipuli. Kasviksissa on neljää eriväriä ja niillä saadaan annoksesta houkuttelevampi ja värikkäämpi. Myös kasvikset ovat muodoiltaan erilaisia. Annoksia ja komponentteja suunniteltaessa olen myös miettinyt niiden muotoja ja sitä kuinka eri muodoilla saadaan annoksesta houkuttelevampi.

Ruokalistalla on käytössä vain yksi perunalisäke, mutta vaihtoehtoina on tietysti muitakin. Tämä tarkoittaa siis sitä, että tarvittaessa asiakas pystyy halutessaan vaihtamaan annokseen toiset perunat. Ei kannata edes pitää ruokalistalla liian montaa eri perunavaihtoehtoa, koska asiakkaat ovat tottuneet saamaan Kivitiipussa oikeastaan vain muutamaa tiettyä perunalisäkettä, lisäksi ei ole kannattavaa pitää tarjolla liikaa eri vaihtoehtoja, koska moni saattaa pilaantua vähäisen menekin takia. On siis tärkeää valita sellaiset lisäkkeet, joiden tietää menestyvän ja käyttää niitä annoksissa enemmän.

Annosten esille laittoon on panostettu. Olen asettanut annoksessa olevan pääraaka-aineen korkeimmalle kohdalle oikeaoppisesti hieman viistoon vasemmalle. Kastikkeet, muut lisäkkeet ja koristeet eivät peitä pääraaka-ainetta, vaan korosta-



vat sitä väreillä ja muodoilla. Annokset tulevat näyttämään vieläkin paremmilta uusilla nykyaikaisilla lautasilla.

**Erityisruokavalioiden** valmistus on suuressa osassa nykypäivän ruoanvalmistuksessa. Erityisruokavalioiden noudattavien asiakkaiden määrä on huomattavasti kasvanut kodeissa sekä sen ulkopuolella. Erityisruokavalioiden valmistus ja niiden huomiointi tuovat ruoanvalmistukseen monenlaisia haasteita ja mahdollisuuksia luoda jotain uutta, mutta tietysti samalla lisäten keittiön vastuuta ja työmäärää. (Immonen, Laaksonen, Lattu, Reunasalo, Sinisalo & Välimäki. 2009. 9).

Annoksien suunnittelun pitää perustua aina asiakkaiden tarpeisiin. Erilaiset tarpeet pitää ottaa huomioon jo ruokalistasuunnittelussa ja myös ohjeiden ja annoskorttien laatimisessa. Annokset kannattaa suunnitella siten, että niitä on helppo muokata erityisruokavalioiden mukaan. On tärkeää myös muistaa, että erityisruokavalioiden annoksia tehdessä ja suunniteltaessa annosten tulee myös olla monipuolisia. Monesti esimerkiksi kasvisruoat ovat hyvinkin vaatimattomia. Suunnitteluvaiheessa ja valmistusmenetelmissä on otettava huomioon se, että asiakkaat kaipaavat vaihtelua ja useampia vaihtoehtoja ruokalistalle. (Immonen, Laaksonen, Lattu, Reunasalo, Sinisalo & Välimäki. 2009. 10).

Yleisimpiä erityisruokavalioiden ovat maidoton, laktoositon, vähälaktoosinen ja gluteeniton ruokavalioiden ja tietysti erilaiset kasvisruokavaihtoehdot. Lisäksi on myös olemassa erilaisia allergioita ja ruoka-aineherkkyksiä, esimerkiksi mausteet ja yksittäiset raaka-aineet saattavat aiheuttaa yliherkkyyttä. Keittiöhenkilökunnan on tunnettava erityisruokavalioiden periaatteet, jotta pystytään valmistamaan ruokaa ja toimimaan vastuullisesti. On myös tärkeää huomioida erityisruokavalioiden vaihtoehdot ruokalistassa niin, että ne näkyvät myös asiakkaille jo annoksen tilaamisvaiheessa. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 98, 103,106). Hyvin suunniteltu ruokalista säästää aikaa ja rahaa sekä auttaa parantamaan ravitsemusta. Kun suunnitellaan ruokalistoja, on tärkeää ottaa huomioon, että siinä on jokaiselle jotakin. Esimerkiksi kevyemmät annosvaihtoehdot, salaattit ja kasvisannokset ja lapsillekin täytyy muistaa suunnitella pari annosta. (How to Make a Restaurant Menu. [Viitattu 18.12.2013]).

Suunnittelemassani ruokalistassa kasvisruoat on sijoitettu samaan kategoriaan kuin muutkin pääruoat. Eli ei ole erikseen kohtaa ”kasvisruoat”, koska mielestäni kasvisruoat ovat yhtäläillä pääruokia kuin liharuoatkin. Ruokalistassa on myös erityisruokavaliomerkinnot näkyvissä annoksen nimen jälkeen ja annoksia pystytään muokkaamaan soveltuvin osin tarvittaviksi erityisruokavalioksi.

### 5.3 Hävikki

Ruokahävikillä tarkoitetaan ruokaa, joka on alun perin ollut syömäkelpoista, mutta on jostain syystä päätynyt roskeen tai biojätteeksi. Hävikkiä syntyy keittiöissä ruoanvalmistuksen yhteydessä monissa eri vaiheissa kuten varastoinnissa, esikäsitteilyssä, itse valmistuksessa sekä tarjoilussa. Hävikin syntymistä voidaan ehkäistä sillä, että raaka-aineiden määrä hankinnoissa pysyy realistisena eikä osteta tavaraa sen enempää kuin mitä tarvitaan ja raaka-ainemäärien noudattaminen tärkeää. Hävikkiä syntyy monesti myös varastoinnissa, jos raaka-aineiden kierrosta ei huolehdi. Varastoinnissa tulee noudattaa first in – first out-menetelmää, eli ensimmäiseksi saapuneet raaka-aineet otetaan ensimmäisenä käyttöön. Sekä myös vakioidut reseptit estävät hävikin syntymistä, kun tiedetään valmistettavien annosten tarkat raaka-ainemäärät. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 32, 36).

Myös raaka-aine valintoja tehdessä pitää miettiä sitä, että kuinka vähentää hävikin määrää ja hyödyntää eri raaka-aineita esimerkiksi siten, että jostakin raaka-aineesta voi käyttää jonkun osan johonkin annokseen ja loput taas johonkin toiseen annokseen. Näin saadaan koko raaka-aine käytettyä, eikä hävikkiä synny. (Herlevi 2013).

Ruokahävikin vähentäminen hyödyttää suuresti yrityksen taloutta. Kannattava ja ympäristöä säästävä keittiötoiminta edellyttää, että tavoitteet ovat järkevät ja realistiset ja että työ organisoidaan niin, että ruokahävikkiä voidaan välttää ja vähentää. (Älä heitä ruokaa roskeen. 2012. Pohjoismaiden ministerineuvosto. [Viitattu 14.11.2013]).

## 5.4 Omavalvonta

Jokaisen ruokapalveluita tarjoavan yrityksen toimintaan kuuluu valvoa omaa toimintaansa kirjallisen omavalvontasuunnitelman avulla. Omavalvontasuunnitelma toimii työkaluna ruoan ja elintarvikkeiden laadunvalvonnassa ja sen avulla varmistetaan, että elintarvikkeiden käsittelyssä ja valmistuksessa on noudatettu annettuja määräyksiä ja elintarvikkeisiin liittyviä säädöksiä. Yrityksen on pidettävä tehokasta kirjanpitoa eri alueista ja vaiheista, josta käyvät ilmi omavalvonnan tapahtumat. Omavalvontasuunnitelmien tarkastus ja hyväksyminen on viranomaisten tehtävä. Ruoan laadun ja turvallisuuden lisäksi tarkasti ja hyvin suunniteltu omavalvontasuunnitelma parantaa huomattavasti keittiön taloudellisuutta sekä myös motivoi henkilökuntaa sekä samalla antaen asiakkaille myönteisen mielikuvan ravintolasta. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 63-64).

Omavalvontasuunnitelman tulee olla kirjallinen työ, jotta kaikilla keittiön ja ravintolan työntekijöillä on samanlainen käsitys oikeista toimintatavoista ja näin kaikki työntekijät voivat tutustua työhönsä liittyviin ohjeisiin tarkemmin. (Omavalvonta. Elintarviketurvallisuusvirasto Evira. [Viitattu 8.11.2013]). Keittiön omavalvontasuunnitelman täytyy pitää sisällään kirjallisen puhdistussuunnitelman, joka on laadittu jokaiselle koneelle ja laitteelle sekä työpinoille, lattioille, kylmiöiden lattioille ja hyllyille. Keittiön yleinen siisteys ja puhtaus ovat oleellinen keino estää elintarvikkeiden saastumista ja ruokamyrkytyksiä. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 58-60).

Uuden keittiön valmistumisen myötä, Kivitipun keittiön vuoropäällikkö suunnittelee uuden omavalvontasuunnitelman keittiön uusiin tiloihin ja tehden kylmiöille tarkat lämpötilanseurantalomakkeet sekä tietysti lomakkeet myös ruokien lämpötilojen seuraamiseksi.

## 5.5 Ruokalistan ulkoasu

Ruokalista on ravintolan tärkein viestintä- ja markkinointimenetelmä. Ruokalistan ulkoasu välittää asiakkaalle mielikuvan ravintolasta, joten ei ole yhdentekevää millä ruokalista näyttää tai miten se on kirjoitettu. Viimeisen päälle olevan ruokalistan on tarkoitus herättää mielenkiintoa ja ruokahalua jo asiakkaan sitä lukiessa. Ruokalista antaa myös vaikutteita siitä, että minkä mielikuvan asiakas ravintolasta saa. (Manninen. 1998. 31).

Ruokalistan kielen pitää olla oikeanlainen ja virheetön sekä tekstiä pitää olla helppo lukea. Annoksien nimien pitää olla selkeät ja nimen pitää kertoa mitä annoksesta löytyy, ei tarvitse kuitenkaan mainita koko reseptiä, vain olennaiset raaka-aineet ja ruokalajit. Yksi tärkeimpiä asioita on muistaa merkitä erityisruokavaliot näkyviin ruokalistassa. Sekä myös tärkeää on, että minkälaiselle paperille, kartongille, vihkoon ruokalista tulee esille. Ruokalistan ulkoasun suunnittelu on erittäin tärkeää, materiaali pitää olla kestävä, se ei saa rypistyä eikä likaantua käytössä. Ruokalista on ravintolan myyntikirje, joten täytyy muistaa pitää ruokalista hyvässä kunnossa. Jos haluaa panostaa ruokalistan ulkoasuun kunnolla, niin silloin ruokalistat voidaan painattaa parempi laatuksille papereille kunnan firmassa, joilla on resurssit siihen. (Manninen. 1998. 31).

Kivitipussa on ollut käytössä alusta saakka samantyylliset tavat ruokalistan esille laitossa. Ruokalista on esillä kansiossa, jossa on myös viini- ja juomalista esillä. Kansiossa on muovitaskut, johon pystyy kätevästi vaihtamaan papereita, jos ruokalistaan tulee muutoksia ja ruokalista on pysynyt myös siistinä kun kansia ja sivuja pystyy helposti liinalla putsamaan, jos kansiin on ilmestynyt tahroja. Ruokalistan annokset ovat jaettu aika monelle sivulle, joten kansion sisältö aika paksu ja joidenkin mielestä voi olla raskasta luettavaa, kun joutuu sivuja useaan otteeseen kääntelemään.

Olen suunnittelut ja asetellut ruokalistan annokset kahdelle A4 kokoiselle sivulle. Jos pizza-listan ja viinilistan saisi mahtumaan myös kahdelle sivulle, niin sivuja tulisi yhteensä neljä, silloin luettavaa olisi vain kahden aukeamman verran. Ruokalistan ulkoasussa olen käyttänyt samaa väriä, mitä on jo vuosi sitten remontoidussa baarissa käytetty. Ruokalista on selkeä ja annoksia on kuvattu muutamalla sa-

nalla kertoen pääraaka-aineen ja muut tarpeelliset lisäkkeet, mahdollisen valmistusmenetelmän, erityisruokavaliot ja hinnat.

Suunnittelin myös lisäksi vähän erilaisen ruokalistamallin, jota harvemmin käytetään Etelä-Pohjanmaalla. Suuremmassa käytössä tällaiset listat ovat käytössä Etelä-Suomen ravintoloissa. Ruokalista on tehty tabletti-muotoon, johon on aseteltu kaikki ruokalistan annokset yhdelle sivulle, samaan järjestykseen kuin toisessa suunnittelemani ruokalistassa. Tabletti-muotoon tehdyt ruokalistat ovat yleensä esillä jo valmiiksi katetussa ruokapöydässä, eikä tarjoilija toisi enää muita listoja pöytiin. Tabletti-ruokalista on myös ulkoasultaan samanlainen kuin toinenkin suunnittelemani lista. Ruokalista olisi A4 kokoinen tai asteen verran suurempi, kuitenkin niin, ettei se peitä koko ruokailutilaa pöydästä, mutta niin, että teksti on helposti luettavissa. Ruokalistan materiaali on ihan tavallista paperia, koska niitä saattaa mennä useampi päivässä niin ei tulisi niiden pitäminen kalliiksi. Erilainen ruokalista olisi mukavaa vaihtelua sekä myös asiakkaat saisivat vähän uudenlaisia ravintolaelämyksiä.

## **5.6 Markkinointi ja kilpailijat**

Ruokapalvelujen markkinointi lähtee liikkeelle asiakkaiden tarpeesta. Ravintolan tuotteiden ja palveluiden markkinointi on erittäin tärkeää. Markkinoinnilla pyritään saamaan ruoalle ja palveluille tunnettuutta sekä samalla tarjoten mielikuvia yrityksen ruokapalveluista. Tyytyväinen asiakas on asiakaslähtöisen ruokapalvelun tuottamisen lähtökohta. (Manninen. 1998. 5, 42-43).

Ravintola viestii ja markkinoi itseään asiakkaille ruokalistansa avulla. Ruokalista on ravintolan myyntikirje, jolla pyritään herättämään asiakkaiden kiinnostus ravintolaa ja sen ruokaa kohtaan. Markkinoinnin näkökulmasta on tärkeää, että asiakas pystyy itse vaikuttamaan siihen mitä ruokalistalta tilaa. Esimerkiksi asiakas saa itse kasata ruokalistan ruokalajeista valitsemansa menukokonaisuuden. Näin asiakas saa itse päättää mitä tilaa ja samalla säädellen rahamäärää, minkä haluaa ruokailuun käyttää. (Manninen. 1998. 5, 42-43).

Yrityksen tuotteiden ja palveluiden saatavuudesta ja monipuolisuudesta ei ole paljonkaan hyötyä, mikäli asiakkaat eivät niitä tavoita. Paras markkinointitulos saadaan kun samanaikaisesti käytetään useita viestintäkanavia. Asiakkaat ovat kiinnostuneet ruokapalveluihin liittyvistä eduista, kuten tarjouksista ja uutuuksista. Tärkeitä viestintäkanavia ovat radio, internet, lehdet ja muut mainokset sekä yrityksen sisäinen mainonta. Asiakkaat ovat suurin viestintäkeino. Asiakkaat kertovat eteenpäin sekä hyvästä, että huonosta palvelusta. Siksi pyritäänkin aina parhaaseen mahdolliseen asiakaspalveluun, jotta asiakkaat pysyvät tyytyväisinä ja he tulisivat nauttimaan yrityksen palveluista uudestaan. (Manninen. 1998. 61-65).

Uutta a la carte -ruokalistaa lähdetään markkinoimaan samoin tavoin, kuten edellisiäkin. Ruokalista laitetaan näkyville yrityksen nettisivuille ja se on helposti asiakkaiden tavoitettavissa. Ruokalistaa mainostetaan myös paikallislehdessä sekä kerran viikossa ilmestyvässä suurjakelu-lehdessä on artikkeli uudesta keittiöstä ja ruokalistasta. Yritystä mainostetaan radiossa, varsinkin viikonloppuisin tanssiorkestereista. Myös televisiossa Kivitippua on mainostettu muutamaan otteeseen.

Kilpailijoihin nähden etu on ruokalista. Lappajärvellä ei ole samantapaisia ravintoloita kuin Kivitippu. Kyseiset ravintolat tarjoavat lounasta ja pikkusuolaista ja ovat auki päiväsaikaan. Toisaalta taas hinta voi olla ratkaiseva tekijä mihin asiakkaat menevät syömään. Muissa paikkakunnan ravintoloissa on edullisemmat hinnat Kivitippuun nähden. Etuna on myös se, että kun ruokalista on laajempi ja monipuolisempi niin se varmasti vetoaa asiakkaisiin ja tarjolla on kunnon ravintola-annoksia hieman kalliimmilla hinnoilla. Etuna ovat myös hotellin asukkaat. Hotellin asukkaat nauttivat lounaan ja illallisen Kivitipun omassa ravintolassa.

## 6 TUOTESUUNNITTELU JA ANNOSTEN TESTAUS KIVITIPUN KEITTIÖLLÄ

Tuotesuunnittelu on toimintaa, jonka tarkoituksena on etsiä, luoda, valita sekä kehittää yritykselle uusia tuotteita ja karsia pois vanhoja kilpailukykynsä menettäneitä tuotteita tai tuoda vanhoihin tuotteisiin parannuksia. Tuotesuunnittelun tarkoituksena on tuottaa tuotteita, esimerkiksi ruokalistan uusia annoksia myytäväksi. Ruokaohjeita testattaessa tulee olla käsitys halutusta lopputuloksesta. Tuotteita voidaan testata yhdestä kerrasta useampaan kertaan. Ruokaohjeiden vakiointi kuuluu oleellisena osana ammattikeittiön tuotesuunnitteluun, jonka tuloksena uusien ruokien reseptit vakioidaan. (Tuotekehitys. Tampereen kaupunki. [Viitattu 4.11.2013]). Seuraava kuvio kertoo tuotesuunnittelun vaiheet.



Kuvio 3: Tuotesuunnittelun vaiheet. (Miettinen & Santala. 2003. 161).

Tuotesuunnittelusta voidaan puhua myös silloin kun kyse on yrityksen palveluista. Tuotesuunnittelu on osa yrityksen toimintaa ja sen on kuljettava käsi kädessä yrityksen kanssa. Yrityksen täytyy perehtyä asiakkaidensa tarpeisiin ja miettiä kuinka heitä pystyttäisiin palvelemaan vielä paremmin. Kun tuote saadaan markkinoille, on asetettujen vaatimusten tyydytettävä asiakkaiden tarpeet. Hinta-laatusuhde on oltava kohdillaan sekä tietysti muut huomioon otettavat yksityiskohdat. (Manninen. 1998. 36-37).

## 6.1 Alkuruokien ja jälkiruokien testauspäivä

Testauspäivän tavoitteena oli testata ja kuvata annokset kahdessa osassa. Ensimmäisenä päivänä testattavat annokset olivat alkuruoat ja jälkiruoat ja toisena päivänä pääruoat, pasta- ja leipäannokset sekä lastenruoat.

Tein viikkoa aikaisemmin keittiömestarille tilauslistan valmiiksi mitä raaka-aineita tulen tarvitsemaan annosten valmistamiseen. Tein itselleni selvän toimintasuunnitelman, jossa oli päivän aikana kaikki valmistettavat komponentit. Aloitin päivän tarkistamalla kaikki tilatut raaka-aineet, joita tarvitsin annoksien valmistamiseen. Tämän päivän tarkoituksena oli testata ja kuvata neljä alkuruokaa sekä neljä jälkiruokaa. Valmistettavia komponentteja oli yhteensä 18.

Aloin valmistamaan isompitöisempiä jälkiruokia ensin, koska ne tarvitsivat enemmän aikaa hyytymiseen, niin hyytymisen aikana pystyin valmistaan muita vähemmän aikaa vieviä komponentteja. Annoksiin ei tarvinnut tehdä paljon esivalmistelua, koska komponentit olivat helppoja valmistaa. Edellisenä päivänä kävin graavaamassa siikafileet, koska niiden piti antaa graavaantua yön yli. Kahdeksan annoksen ja 18 komponentin valmistamiseen aikaa kului kahdeksan tuntia, normaalin työpäivän verran. Minulla oli selkeät suunnitelmat testauspäivää varten ja kaikki sujui melkein niin kuin olin itse ajatellutkin. Toimintaympäristö oli entuudestaan tuttu keittiöllä muutaman vuoden työskentelyni kautta ja myös sen takia annosten valmistaminen ja työskentely oli sujuvaa, koska laitteet olivat tuttuja ja välineet löytyivät helposti. Annosten valmistamiseen en juuri ohjeita tarvinnut, koska ne ovat tulleet jo niin tutuksi niitä suunniteltaessa ja raaka-ainetilausta tehdessä.

Päivä sujui mukavasti ilman mitään ongelmia. Valmistin ja kuvasin annokset sillä hetkellä käytettävillä lautasilla, mutta tulevaisuudessa käytetään uusia, nykyaikaisempia lautasia, joihin minäkin saan sanoa mielipiteeni. Kahteen annokseen käytin omia astioitani, kun sellaisille astioille ei ole ollut aikaisemmin tarvetta. Keittiö- ja salihenkilökunta maistelivat kanssani annoksia ja antoivat palautetta ulkonäöstä, mausta ja rakenteesta. Annokset olivat henkilöstön sekä myös itseni mielestä varsin onnistuneita eikä juuri muutoksia tullut. Muutoksia tuli suolan ja mausteiden säätelyyn. Osan mielestä suolaa olisi saanut olla enemmän, kun taas toisen mielestä annoksen maut olivat varsin onnistuneita.



Henkilökunta ei oikeastaan etukäteen tiennyt, että minkälaisia annoksia tulevalle ala carte -ruokalistalle olen suunnitellut ja he saivatkin tietää annoksista vasta testauspäivänä niitä maistellessa. Olen ylpeä annoksistani ja siitä, että ne olivat niin onnistuneita, ettei mitään tarvinnut poistaa listalta eikä muokkauksia juurikaan tullut.

## 6.2 Pääruokien ja muiden annosten testauspäivä

Testauspäivän tavoitteena ja työnä oli valmistaa yhdeksän pääruokaa, kaksi pasta-annosta ja yhden leipäannoksen sekä kolme lastenruokaa. Päivä lähti käyntiin tarkistamalla tilatut raaka-aineet ja osa raaka-aineista olikin laitettu minulle jo valmiiksi kylmiöön odottamaan. Olin myös tällekin testauspäivälle tehnyt tarkan suunnitelman päivän kulusta ja aikataulusta. Kaikki annokset oli testattava tämän päivän aikana vaikka se kestäisi kellon ympäryksen. Niinhän siinä kestitkin, 12 tuntia ja 15 annosta. Valmistettavien komponenttien määrä oli 38, joista kasvikset ja salaatin valmistin heti alussa vähän suuremmalle määrälle, kun niitä tarvittiin useampaan annokseen.

Alkuun oli vaikea päästä oman mielen kanssa yhteisymmärrykseen siitä, että mistä aloittaa. Tehtävää päivän aikana oli niin paljon. Piti miettiä, että mistä hyötyisin parhaiten ja mikä helpottaisi työtäni eniten. Aloitin siis pilkkomalla kaikkiin annoksiin kasvikset samalla kertaa, niin oli helppo käyttää valmiiksi pilkottuja kasviksia, eikä tarvinnut juuri ennen annoksen kokoamishetkeä alkaa pilkkomaan paprikaa tai sipulia. Tein myös salaattia vähän isomman määrän.

Myös toinen testauspäivä sujui myös aikalailla suunnitelmien mukaisesti. Tehtävää oli paljon, mutta myös nämäkin annokset onnistuivat hyvin. Muutoksia tuli jonkun verran ja muokkasinkin reseptejä ja annoksia heti keittiöllä niin, että annoksista saatiin toimivia ja myöhemmin kirjasin muutokset vakioituihin resepteihin. Muutokset koskivat lähinnä maustamista ja broileri-annosta muokattiin hieman. Annokseen lisättiin kirkas mustaherukkamelba, jotta broileri-annoksesta saataisiin mehukkaampi.

Valmistin annoksia omaan tahtiin suunnitelmieni mukaan ja aina kun sain annoksen valmiiksi, henkilökunta maisteli sitä kanssani ja he antoivat palautetta. Kaikki annokset olivat hyviä ja vain ihan muutamaan tulikin muutoksia. Muutokset eivät olleet suuria. Kun sain viimeiset annokset kuvattua ja maistettua niin tajusin, että nyt a la carte -ruokalista on valmis kun kaikki annokset ovat testattu ja kuvattu ja hyväksytyt. Nyt pitää vain tehdä muutokset resepteihin ja vakioida ja tulostaa annoskortit ja laittaa valmiiksi kansioon. Päivä sujui hienosti ja olen tyytyväinen lopputuloksiin koskien kaikkia annoksia ja työskentelyä testauspäivien aikana.

Testauspäivät sujuivat keittiöllä siksi niin hyvin, koska olin etukäteen suunnitellut kuinka aion päivän aikana toimia. Lisäksi omat suunnitelmani olivat aika selkeät ja olin päässäni käynyt läpi päivän kulun, jotta pystyisin työskentelemään ilman papereita keittiöllä. Paperit olivat minulla mukana ja käytin niitä vain siihen kun yliviivasin valmistetut komponentit ja annokset pois. Myös se teki päivästä helpon, koska se tuntui tavalliselta työpäivältä. Olin vielä hetken aikaa sitten tehnyt työvuoroja Kivitiipun keittiöllä. Tavarat löytyivät helposti ja laitteiden käyttö oli tuttua.

## 7 VAKIORUOKAOHJEET JA ANNOSKORTIT

Tuotteiden annoslaskelmat ovat perusteena hinnoittelulle. (Miettinen & Santala. 2003. 163). Ruoan tasalaatuisuus ja sopivien valmistusmäärien arviointi on oleellinen osa kannattavaa keittiötoimintaa. Annoskorttien tekeminen aloitetaan ruokien suunnittelusta ja kehittelystä. Annoskortteja käytetään keittiön toiminnan suunnitteluun ja kannattavuuden seurantaan. Jokaisesta annoksesta on laadittava annoskortti, joissa on selvillä myös vakioitu ruokaohje. Annoskortit ovat myös suuri apu raaka-ainehankintoja tehdessä, niistä näkee helposti mitä raaka-aineita tuotteissa tarvitaan. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 125-126).

Annoskorteista ja vakioiduista ruokaohjeista on paljon hyötyä niin keittiön henkilökunnalle kuin tarjoilijoillekin. Annoskorttien tarkoituksena on toimia keittiössä kokkien apuvälineenä, ja niitä pidetään yleensä kokkien työpisteen läheisyydessä, jolloin niistä voi helposti tarkistaa mitä annokseen kuuluu ja kuinka annos valmistetaan oikein. Kokit pystyvät valmistamaan tasalaatuisia tuotteita reseptejä noudattaen kerrasta toiseen ja näin ollen ei synny suuria poikkeamia tuotteissa. Kokit oppivat tuntemaan annoksien raaka-ainesisällön ja samalla raaka-ainetuntemus kehittyy. Tarjoilijoiden on taas helppo opetella mitä raaka-aineita ja mausteita annos sisältää ja näin ollen on helppo vastata asiakkaiden kysymyksiin esimerkiksi erityisruokavalioista. Valmistettavasta tuotteesta tulee tasalaatuisia ja henkilökunta on tasa-arvoista. Tarkoittaa siis sitä, että jokainen kokki pystyy valmistamaan kyseisestä tuotteesta täysin samanlaista. Annoskortit tuovat myös turvaa, asiakas pystyy luottamaan siihen, että saa annoksensa laadultaan samanlaisena kuin aikaisemminkin. Annoskorttien myötä henkilökunnasta tulee sitoutuneita valmistamaan annoksia ja tuotteita. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 82-83).

Annoskorteissa näkyvät tarkat ja täsmälliset määrät raaka-aineista ja niiden mitaaminen estävät hävikin syntymistä ja samalla varmistetaan laadun. Laadulla tarkoitetaan hyvää makua, visuaalista ilmettä, ravintoainesisältöä ja hygieenisyyttä sekä myös huolellista keittiöön soveltuvaa valmistustapaa sekä tarjolle laittoa. Nykyaikaisissa annoskorteissa on myös ravintoainelaskelmat sekä kustannuslaskelmat ovat mahdollista saada myös näkyviin. Annoskortteja voidaan myös suunnitella siten, että ne ovat ravitsemussuosittelun mukaisia aterioita, varsinkin silloin

jos kyseessä on esimerkiksi hoitokoti, jossa on paljon erityisruokavalioasiakkaita. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 125-126, 128).

Annoskorteissa tarvittavien raaka-aineiden määrä näkyy ostopainoina sekä käytöpainoina, ilmoittaen myös hävikkiprosentin määrän. Annoskorteissa näkyy myös raaka-aineista muodostuvan annoksen kokonaispaino. Mikäli annoksissa tulee jotain huomautettavaa tai henkilökunta huomaa, että jokin ei toimi, niin annoskortteja pystytään muokkaamaan olosuhteiden mukaan. Tärkeää on ensiksi testata annoksen toimivuutta käytännössä ja sitten päättää, että pystytäänkö annosta valmistamaan esimerkiksi lounas- ja a la carte -ruokalistoissa. (Lampi, Laurila & Pekkala. 2009. 125-126, 128).

## **7.1 Reseptien tekeminen Jamix -ruokaohjelmalla**

Jamix - ruoka- ja reseptiohjelma on monipuolinen ja helppokäyttöinen ohjelma, jonka avulla pystytään valmistamaan erilaisia ruokaohjeita, annoskortteja ja ateriakokonaisuuksia. Ohjelman avulla pystytään myös suunnittelemaan ruokalistoja ja laskemaan kustannuksia ja muita tarvittavia laskelmia. Sekä myös ravintoarvojen ja suositusten tarkastelu on mahdollista sekä annoskortteihin saadaan myös GDA-merkinnät näkyviin. Ohjelmaa voidaan käyttää niin ravintolan keittiössä kuin suurtalouskeittiössäkin. Ohjelma pystytään asentamaan tavalliselle tietokoneelle ja sen tulee ammattilainen tekemään paikanpäälle keittiön koneelle. Ohjelman avulla keittiöllä pystytään tekemään selkeitä säästöjä raaka-aineissa sekä muissa kustannuksissa. Tarkoituksena on luoda parempaa laatua vähemmällä työllä. (Jamix ruoka. [Viitattu 15.11.2013]).

Jamix-ohjelman käyttö työn aikana sujui hyvin ja ohjelma oli jo entuudestaan tuttu aikaisemmista kursseista. Ohjelmalla oli helppo tehdä reseptejä ja annoskortteja ja niistä tuli hyvin selkeitä ja ovat varmasti suureksi avuksi keittiön väelle Kivitiipussa. Ohjelma on mielestäni monipuolinen, koska samaan annoskorttiin pystyy liittämään kuvat, reseptit, raaka-ainemäärät ja vielä jopa hintalaskelmiakin. Ohjelman muistissa oleva raaka-ainelista oli hyvin monipuolinen, mutta kuitenkin jotain tärkeitä raaka-aineita jäi annoskorteista uupumaan. Tilalle onneksi löytyi toinen melkein vastaavanlainen raaka-aine. 23 annoskortin tekemiseen aikaa kului neljä päi-

vää ja lisäksi tein kolme ohjetta erikseen, jotka ovat tarkoitettu valmistettavaksi suurempina määrinä, kuten risotto sekä talon leipä ja graavisiika. Olen annoskortteihin varsin tyytyväinen ja toivon, että niistä onkin paljon hyötyä ja apua keittiön jokapäiväisessä toiminnassa.

## 7.2 Hinnoittelumenetelmät

Tuotteiden oikea hinnoittelu on yksi kannattavan yritystoiminnan edellytyksistä. Ravintolan on otettava huomioon, että se saa tuottoa myymillään annoksilla, tarkoittaen siis sitä, että annoksien katetuotto pitää olla kohdillaan. Tämä tarkoittaa annoksen katetuottoa, ei pelkästään sitä, että paljonko raaka-aineet maksavat, vaan myös sitä, paljonko annoksen valmistamiseen kuluu aikaa, kauanko esivalmistelut vievät aikaa, kauanko raaka-aineet kestävät ja mitä annos saa maksaa. Yritykset voivat nykyisin hinnoitella tarjoamat tuotteensa vapaasti ilman säännöksiä. Hinta on tulokseen hyvin vaikuttava tekijä määrittäen sen, että mitä korkeampi hinta, niin sitä enemmän saadaan myyntikatetta. (Miettinen & Santala. 2003. 134, 139).

Hinnoittelu on ravintolassa ajankohtaista aina kun yritys aikoo kehittää uusia tuotteita, esimerkiksi ruoka- tai juomalistoja tai ideoidessaan yritykselle uusia palveluita jo olemassa olevien rinnalle. Suunniteltavien uusien tuotteiden tulisi olla samankaltaisia ja yhteensopivia jo olemassa olevien hintojen kanssa. Ruoka – ja juomatuotteiden suunnittelu on ravintolalle hyvin tärkeää ja tuotteiden suunnittelussa pitää olla tarkka ja kiinnittää huomiota hinta-laatusuhteeseen. (Miettinen & Santala. 2003. 140-141).

Ravintoloissa hinnoittelu perustuu yleensä hinnoittelulaskelmiin ja yleisimmin käytetään myyntikatehinnoittelua oikeiden hintojen saamiseksi. Myyntikatehinnoittelussa annoksen raaka-ainekustannuksiin lisätään tavoitemyyntikate. Tavoitemyyntikatteen lisäksi annoksen hintaan lisätään arvonlisävero, jonka tuloksena saadaan selville annoksen lopullinen myyntihinta. (Miettinen & Santala. 2003. 142).

## 8 TULOKSET JA YHTEENVETO

Pitkän suunnittelun ja työstämisen jälkeen lopputuloksena syntyi 23 annoksen a la carte -ruokalista Kylpylä Kivitippuun Lappajärvelle. Ruokalistan annokset ovat monipuolisia ja uskoisin sieltä löytyvän jokaiselle jotakin. Annoskorteista tuli selkeät ja hyvännäköiset resepteineen ja kuvineen ja uskoisin niiden olevan suurena apuna keittiöhenkilökunnalle ja jokapäiväisessä käytössä keittiön työpäivissä.

Henkilökunta on ollut tyytyväisiä lopputulokseen ja varsinkin annoskortteja on keuhuttu todella tarpeellisiksi. On mukavaa vaihtelua, kun ruokalistan on suunnitellut joku ulkopuolinen, mutta kuitenkin tuttu henkilö. Opinnäytetyöstä tuli varsin onnistunut ja olen kaikinpuolinen työhöni tyytyväinen.

Opinnäytetyön kirjallinen osuus etenee loogisesti eteenpäin kertoen kaiken tarvittavan ja tärkeän tiedon ruokalistojen suunnittelusta sekä annoskorttien valmistamisesta ja sen kuinka olen itse työtäni tehnyt ja suunnitellut.

## 9 POHDINTA

Opinnäytetyössä alkuun pääseminen kesti kauan, mutta nyt kun katsoo aikaa taaksepäin, niin työ on tullut valmiiksi kolmessa kuukaudessa. Tarkoittaa siis sitä, että työtä on kirjoitettu joka päivä ja samalla viimeistely ruokalistan ulkoasua. Ruokalista ja reseptiikka on saatu valmiiksi jo aikaisemmin ennen kirjallisen osuuden kirjoittamista.

Ruokalistan ja annosten suunnittelu ja kehittäminen oli oikein mukavaa ja antoisaa työtä. Vaikka työ olikin isotöinen ja oli paljon erilaisia tehtäviä, olen erittäin tyytyväinen lopputulokseen, koska ruokalista on erittäin onnistunut. Tavoitteena oli tehdä ruokalista nykyaikaisempi ja samalla tuoden siihen jotain uutta ja modernia. Tavoitteessani onnistuin ja ruokalistaan saatiin modernisuutta. Tämä näkyy varsinkin annosten esille laitossa ja komponenttien valinnoissa ja muodoissa. Tärkeää on kiinnittää huomiota annosten kokoamisessa erityisesti gastronomisiin tekijöihin. Annoskorttien tekeminen oli helppoa kun tarvitsi syöttää Jamix - ruokaohjelmaan reseptit ja raaka-aineet ja niiden määrät niin annoskortit olivatkin jo valmiita. Aikaa tietysti vei se, että kaikkien annoskorttien reseptit piti olla samassa muodossa ja valmistusvaiheet numeroidusti oikeassa järjestyksessä ja valmistusohjeet piti selittää tarkasti vaihe vaiheelta.

Valitsin tämän aiheen opinnäytetyökseni siksi, koska ruokalistojen kehittäminen on mielestäni samalla haastavaa sekä mukavaa ja ruokalistojen kehittäminen on sellainen aihe, joka kiinnostaa minua kovasti. Aikaisempaa kokemusta listojen suunnittelusta minulla ei juurikaan ole. Kysyin itse toimeksiantajalta, että olisiko mahdollista saada osallistua ruokalistan suunnitteluun jollakin tapaa, vaikka reseptiikan tekemiseen, mutta sitten sain suunnitella koko listan itse. Työ oli varsin opettavainen ja teoriataustaa kirjoittaessa, tietoa ruokalistan suunnittelusta tuli lisää ja tämän työn avulla minulla on hyvät avaimet lähteä suunnittelemaan ruokalistoja tulevaisuudessa uudelleen.

Opinnäytetyö tuli valmiiksi reilussa kolmessa kuukaudessa ja olen varsin tyytyväinen työhöni, vaikka montakin kertaa heikolla hetkellä tunsin luovuttavani työn suhteen kun tekstiä ei meinannut irrota mistään. Ruokalistan ja annoskortit tein jo ai-

kaisemmin valmiiksi. Olen tyytyväinen työni lopputulokseen ja tavoitteisiini, koska halusin luoda ruokalistasta nykyaikaisemman ja modernimman ja mielestäni onnistuin siinä. Sekä siihen olen tyytyväinen, että miten paljon tietoa sainkin loppupeleissä työhöni, vaikka tiedon hankinta oli melko haastavaa. Opinnäytetyön kirjallinen osuus etenee loogisesti ja työssä on käsitelty kaikki tarpeelliset asiat liittyen ruokalistan suunnitteluun ja annoskorttien tekemiseen.

Etsin tietoa paljon ruokalistasuunnittelusta eri oppikirjoista ja ruoanvalmistuskirjoista sekä haastattelin Kivitiipun keittiömestaria keittiön remontista sekä sain myös haastattelun ruokalistasuunnittelusta tunnetulta tv-kokilta, Akseli Herleviltä. Haastattelin myös keittiön remontista nykyistä keittiömestaria. Paljon olen saanut myös tietoa Kivitiipun entiseltä keittiömestarilta, jota ilman en olisi saanut tästä työstä näin hyvää. Suunnittelemani ruokalista on samassa linjassa yrityksen ja ravintolan liikeidean kanssa, koska ruokalistalla on tarjolla jokaiselle jotakin. Sieltä löytyy kevyempiä vaihtoehtoja kuntoutuksessa oleville asiakkaille ja sitten on useampia, ehkä hieman raskaampia vaihtoehtoja muille ruoasta nauttiville tulleille asiakkaille.

Työn tekeminen oli mukavaa ja opettavaista ja sain samalla oppia niin paljon uusia asioita, mihin en ole koulutukseni aikana päässyt vielä perehtymään. On tärkeää, kun saa itse valita työlleen sellaisen aiheen mikä oikeasti kiinnostaa ja lähteä siitä kirjoittamaan ja tutkimaan asiaa. Tämä aihe kiinnostaa minua kovasti ja haluan tulevaisuudessakin suunnitella ruokalistoja lisää, ehkä jopa omaan ravintolaan.

Kaikin puolin olen tyytyväinen työhöni ja siihen, että olen saanut sen näinkin lyhyessä ajassa valmiiksi. Työstä on paljon hyötyä minulle ja toivottavasti myös toimeksiantajalle.



## LÄHTEET

- Alén, H., Angelov, S., Backström, N., Linnanmäki, T., Thieulon, I. & Thieulon, N. 2012. Muru. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Teos.
- Björck, T. & Wikberg, M. 2012. 2. painos. Farang. Kustannusosakeyhtiö Paasilinna. Bookwell. Porvoo.
- Drysdale, J. & Galipeau J. 2009. A Profitable Menu Planning. Fourth Edition.
- Gastronomiaa. [Verkkosivu]. Paistinkääntäjät ry. [Viitattu 9.11.2013]. Saatavana: <http://www.rotisseurs.fi/gastronomiaa/>
- Herlevi, A. 2013. Kokki. Haastattelu 23.11.2013.
- How to Make a Restaurant Menu. [Verkkosivu]. [Viitattu 18.12.2013]. Saatavana: <http://www.wikihow.com/Make-a-Restaurant-Menu>
- Hämäläinen, J. & Lehtovaara, T. 2005. Ravintolakokin käsikirja. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Hämäläinen, J. & Lehtovaara, T. 2007. Ravintolakokista mestariksi. Helsinki: WSOY oppimateriaalit.
- Immonen, I., Laaksonen, S., Lattu, L., Reunasalo, T., Sinisalo, L. & Välimäki, P. 2009. Erityisruokavalioiden valmistus ammattikeittiössä. Helsinki: WSOY.
- Jamix ruoka. [Verkkajulkaisu]. Jamix Oy. [Viitattu 15.11.2013]. Saatavana: [http://www.jamix.fi/home/assets/file/fi/esite/Esite\\_ruoka\\_A4.pdf](http://www.jamix.fi/home/assets/file/fi/esite/Esite_ruoka_A4.pdf)
- Kylpylä Kivitippu. [Verkkosivu]. [Viitattu 22.10.2013]. Saatavana: <http://www.kivitippu.fi/?lang=en>
- Lampi, R., Laurila, A. & Pekkala M. 2009. Ruokapalvelut työnä. 4. uudistettu painos. Helsinki: WSOY oppimateriaalit.
- Lehtinen, M., Peltonen, H. & Talvinen, P. 2003. Mestarikokin käsikirja. Helsinki: WSOY.
- Lehtinen, M., Peltonen, H. & Talvinen, P. 2005. Ruoanvalmistuksen käsikirja. Helsinki: WSOY.
- Manninen, J. 1998. Ruokapalvelujen markkinointi. 2. painos. Helsinki: Otava.

- Mauno, S. & Lipre, E. 2008. Taitava kokki ammattikeittiössä. Helsinki: WSOY.
- Mauno, S. & Lipre, E. 2005. Älykäs kokki ammattikeittiössä. Helsinki: WSOY.
- McVety, P., Bradley, J & Lévesque, C. 2001. Fundamentals of menu planning. 2nd edition. New York: Wiley & Sons.
- Miettinen, P. & Santala, H. 2003. Tuloksen tekijät. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Nurmela, K. 1999. Lomayhtymä: muistikuvia viideltä vuosikymmeneltä. Helsinki: Gummerus.
- Omavalvonta. [Verkkosivu]. Helsinki: Elintarviketurvallisuusvirasto Evira. [Viitattu 8.11.2013]. Saatavana: <http://www.evira.fi/portal/fi/elintarvikkeet/hygieniaosaaminen/tietopaketti/omavalvonta/omavalvontasuunnitelma/>
- Organized Home. Menu Planning: Save Time In The Kitchen. [Verkkosivu]. [Viitattu: 19.12.2013]. Saatavana: <http://organizedhome.com/kitchen-tips/menu-planning-save-time-kitchen>
- Pakulla, D. 2013. Keittiömestari. Kylpylä Kivitippu. Haastattelu 27.12.2013.
- Parkkinen, K. & Rautavirta, K. 2008. Utelias kokki. Elintarviketietoa ruoanvalmistajalle. Restamark Oy.
- Perehdytysopas. Kylpylä Kivitippu. [Viitattu 7.11.2013].
- Ruokalistasuunnittelu. 2006. Suomen virtuaaliammattikorkeakoulu. [Verkkosivu]. [Viitattu 13.10.2013.] Saatavana: [http://www2.amk.fi/mater/ravitsemisala/tietojrtp/ruokalistasuunnittelu\\_13073.html](http://www2.amk.fi/mater/ravitsemisala/tietojrtp/ruokalistasuunnittelu_13073.html)
- Selander, K & Valli, V. 2007. Hinnoittelu ja kannattavuus matkailu- ja ravintolalalla. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Suominen, M. 2000. Ruokalistasuunnittelun opas. Helsinki.
- Tuotekehitys. 2005. Tampereen ammattiopisto. [Verkkójulkaisu]. [Viitattu 4.11.2013]. Saatavana: <http://koulut.tampere.fi/materiaalit/to/tuotekehitys/kayttoonotto.html>
- Älä heitä ruokaa roskeihin. 2012. Pohjoismaiden ministerineuvosto. [Verkkójulkaisu]. [Viitattu 11.11.2013.] Saatavana: <http://www.norden.org/fi/julkaisut/julkaisut/2012-743>

## **LIITTEET**

**Liite 1 Ruokalista**

**Liite 2 Ruokalista tabletti-muodossa**

**Liite 3 Talon vihreä salaatti ja hunaja-soijakastiketta**

**Liite 4 Suppilovahverokeittoa ja paahdettua maalahden limppua**

**Liite 5 Pariloitu graavisiikatoast**

**Liite 6 Paistettua kananpoikaa ja marinoitua juuressalaattia**

**Liite 7 Grillattua Halloumi-juustoa**

**Liite 8 Paahdettua punajuurta**

**Liite 9 Mustaherukkatuorejuustolla täytettyä broileria**

**Liite 10 Limemarinoitua siikaa**

**Liite 11 Paistettua kuhaa**

**Liite 12 Pariloidut porsaan selykset**

**Liite 13 Kokonaisena paistettua possun sisäfilettä**

**Liite 14 Pitkään haudutettua häränrintaa**

**Liite 15 Kolmen pippurin pippuripihvi**

**Liite 16 Sitruuna & basilika kanapasta**

**Liite 17 Juustoinen kasvispasta**

**Liite 18 Keittiömestarin leipä**

**Liite 19 Karamellisoituja omenoita**

**Liite 20 Vadelmapannacotta ja herukkasalaattia**

**Liite 21 Kahden suklaankakku**

**Liite 22 Tyrniparfait ja lakkahilloa**

**Liite 23 Lasten lehtipihvi**

**Liite 24 Paneroidut broilerin fileet**

**Liite 25 Pariloitua lohta**

**Liite 26 Briossi**

**Liite 27 Graavisiika**

**Liite 28 Risotto**