

Esitän toiveen, että koulussani tarjottaisiin enemmän kasvisruokaa. Toivon, että eläinperäisiä ruoka-aineita korvattaisiin mahdollisimman paljon kasvipohjaisilla vaihtoehdoilla. Toivon, että kasvisruokaa olisi päivittäin saatavilla ja että kaikki voisivat ottaa sitä halutessaan ilman erillistä ilmoitusta.

Nuorten keskuudessa kasvissyönti yleistyy, vaikka kielteiset asenteet saattavatkin saada enemmän huomiota mediassa. Meitä koululaisia huolestuttaa ympäristön tila ja tulevaisuus. Eläinperäisen ruoan laajamittainen tuotanto on merkittävin yksittäinen syy luonnon monimuotoisuuden romahtamiseen. Se on myös yksi suurimmista ilmastonmuutosta edistävästä tekijöistä. Eläinperäisen ruoan tuottaminen vaatii 83 % kaikesta maailman maatalousmaa-alasta, mutta ihmiskunta saa niistä silti ainoastaan 18 % energiastaan ja 37 % proteiineistaan\*. Jos syömme kasvikset ja kasviproteiinin itse, ruokaa riittää noin nelinkertaiselle joukolle verrattuna siihen, että samat kasvikset syötetään ensin esimerkiksi sialle.

Suomalaisten lihankulutus on 1950-luvun alusta lähes kolminkertaistunut, eikä se nykyisellään vastaa ravitsemussuosituksia. Tasapainoisempaa ruokavaliota ja kasvipainotteisia ruokailu- ja makutottumuksia tulisi alkaa rakentaa kouluruokailusta lähtien. Kasvisruoka-annokset voivat olla ravitsemuksellisesti erinomaisia ja monipuolisia, kun niissä käytetään sopivassa suhteessa hiilihydraatteja, kasviproteiineja ja rasvoja. Suomessa maksuton kouluruoka tarjotaan joka arkipäivä noin 900 000:lle koululaiselle ja opiskelijalle. Isossa joukossa on paljon voimaa, siksi pienelläkin lihankulutuksen vähentämisellä ja kasvisruokien lisäämisellä kouluruokailussa on suuri vaikutus ympäristöön. Kouluruokailun tavoitteissa mainitaan oppiminen kestävästä ja terveellisistä ruokailutavoista, ja kasvisruoka toteuttaa näitä tavoitteita erinomaisesti.

Nuoret kannattaa ottaa mukaan ruokalistan suunnitteluun, jolloin kasvisruuan vastaanotto kouluissa on myönteisempi. Kaikkien suosikkiliharuokaan ei tarvitse ensimmäisenä koskea, sen sijaan ruokalistalle voidaan lisätä kasvisruokia, joista on ennenkin pidetty. Esimerkiksi pinaattiletut ovat monen oppilaan lempikouluruoka.

Toivon, että tämä tärkeä asia etenee mahdollisimman pian.

Ystävällisin terveisin,