

– Esimerkiksi paisto-ohjelmien tarvitsemat nestemäärät voi nyt varmistaa ohjekansiosta, sanovat Mikkelin kaupungin ruoka- ja puhtauspalveluiden esimies Annukka Kiiskinen (vas.) ja työhyvinvoinnin asiantuntija Marja-Liisa Laitinen Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulusta.



Kalevankankaan koulun palveluvastaava Jaana Valkonen kertoo, että vasta nyt ohjelmoitavia uuneja osataan käyttää tehokkaasti.



## Ammattikeittiössä *prosessit* kuntoon

Miten ammattikeittiössä vähennetään kiirettä, parannetaan ergonomiaa ja tehdään maukkaampaa ruokaa? Entä miten ohjelmoitavia uuneja käytetään? Mikkelissä löydettiin hyviä vastauksia.

**T**onnikalapasta, kalapuikot, lihapullat, pinaattikeitto. Siinä lasten suosikkiruokia Kalevankankaan koulussa Mikkelissä. – Pastalaatikot ovat yksi vaikeimmista ruokalajeista, sanoo Mikkelin ruoka- ja puhtauspalveluiden esimies **Annukka Kiiskinen**.

Koulun keittiössä kehitettiin Kiiskisen ja projektipäällikkö **Tiina Tuovisen** johdolla kypsennysprosesseja ja opetettiin käyttämään *cooking center* eli ohjelmoitavia uuneja. Testipaistamisen, -maistamisen ja noin kymmenen koeran jälkeen syntyi paisto-ohjelma, jossa pastan koostumus, suutuntuma ja ulkonäkö ovat kohdallaan. Ruokaa ei valmisteta alusta alkaen Kalevan-

kankaalla, vaan se tulee kypsentämättömänä keskuskeittiöstä.

Paisto-ohjelma huolehtii lämpötilasta, kosteudesta ja paistoajasta. Ruoan valmistumista ei tarvitse enää vahtia uunin vieressä, jolloin aikaa jää muille töille. Myös kypsennyksessä syntyvä ruokahävikki on pienentynyt ja astianpesu helpottunut, kun ruoka ei jämhädy paistuksessa kiinni vuolan reunoihin.

– Ennen paistoastioita liotettiin ja hangattiin. Nyt hankaamista tarvitaan vain vähän, kertoo palvelutyöntekijä **Päivi Paunonen**.

### Uunien ominaisuudet käyttöön

Ohjelmoitavat uunit tulivat Kalevankankaan koulun keittiöön remontin yhteydessä vuonna 2011. Vasta nyt niitä osataan käyttää oikein ja tehokkaasti.

– Lienee aika yleistä, että hankitaan hienot laitteet mutta riittävästä käyttökoulutuksesta ei huolehdi. Iso porukka ei ehdi yhdellä koulutuskeralla omaksua kaikkea, ja työntekijät jätetään laitteiden kanssa yksin. Kun ruoka pitää saada ajoissa valmiiksi, palataan helposti siihen, miten ennenkin on tehty, toteaa Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun (XAMK) tki-asiantuntija **Merja Ylönen**. Tki tarkoittaa tutkimus-, kehittämis- ja innovaatio toimintaa.

Digitaalisten uunien käytön opettaminen on yksi *Tuottava ja tehokas ammattikeittiö* -hankkeen tuloksista. Hanke alkoi neljässä mikkeliläisessä koulussa ja Pieksämäen kaupungin keskuskeittiössä keväällä 2016. Siihen osallistuu Mikkelissä 16 ja Pieksämäellä 40 työntekijää.

Nyt ollaan jo arviointi- ja tiedonlevittämävaiheessa. Tosin eri yksiköiden yhteiset palaverit ja osallistujien oma Facebook-ryhmä ovat tarjonneet koko ajan kanavia kokemusten ja oivallusten vaihtoon.

### Turhasta työstä eroon

Hankkeen aikana keittiötyön vaiheita on seurattu, valokuvattu ja videoitu. Työntekijät ovat voineet ulkopuolisen antaman palautteen avulla arvioida ja itse kehittää työskentelytapojaan. Sillä tavalla he ovat itsekin huomanneet, että jotkin nostelut, kipittävät askeleet, astioiden siirtelyt ja puunaamiset ovatkin turhia.

Nosteluja ja astioiden kuljettelu on saatu vähenemään ergonomisesti oikealla korkeudella olevien lisähyllyjen, -kaappien ja -vaunujen avulla.

Ruoan kuumentamisvuorossa oleva työntekijä ei enää kiirehdi salin puolelle asettelemaan salaattilinjastoa, vaan salivuorossa oleva hoitaa sen juomien ja muun kattamisen ohessa.

Kun ruokailuvuoroja on kaksi, ruoatkin laitetaan uuniin porrastetusti kahdessa erässä. Erillistä salaattilautasista on luovuttu: tiskattavaa tulee vähemmän ja lapset kokoavat salaatin osaksi annostaan lautasmallin mukaisesti.

Siivouksen ergonomia koheni ja puhdistus tehostui, kun käsissä pidettävät hankauspesimet vaihdettiin varrellisiin. Ja miksi ihmeessä salista palautuvia laseja ja lautasia pitäisi järjestellä keräilykorissa vain siksi, että täytyy koko ajan näyttää puuhakkaalta?

– Kiireen tekeminen loppui, sanoo palvelutyöntekijä **Maikki Viisterä**.

– Nyt voi vaikka istahtaa satulatuoliin lepuuttamaan jalkoja minuutiksi tai pariiksi. Ennen katsottiin, että olet laiska, jos et koko ajan tee jotakin.

### Omaan työhön saa vaikuttaa!

Satulatuolia voi pitää yhdenlaisena muutoksen symbolina: se hankittiin työntekijöiden toiveesta. – Hankkeen aikana on kasvanut rohkeus ottaa kantaa ja kyseenalaistaa toistemme työtä: että jokainen voi oikeasti vaikuttaa, kertoo hankkeessa mukana ollut työhyvinvoinnin asiantuntija **Marja-Liisa Laitinen** Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulusta.

Oman työn analysoinnissa apuna on ollut muun muassa häiriöpäiväkirja.

Työntekijät ovat itse mietineet, mitkä työvaiheet ovat turhia ja pitävät yllä ylimääräistä puuhakkuutta. Miksi esimerkiksi keräilykorissa astioita pitäisi järjestellä koko ajan? Kuvassa Mirva Liukkonen.



– Satulatuoliin saa istahtaa lepuuttamaan jalkoja, iloitsee palvelutyöntekijä Maikki Viisterä.



Ergonomisesti oikealla korkeudella olevat vaunut helpottavat tarvikkeiden liikuttelua. Palvelutyöntekijä Mirva Liukkonen vaunussa on oppilaiden välipalatarjoilulta ylijääneet ruoat.

Laitinen lainaa aikuiskasvatuksen professorin **Yrjö Engeströmin** ajatusta, jonka mukaan häiriöt antavat mahdollisuuden tulkita ja avata työtä. Ellei häiriöihin ja kuormituksiin päästä käsiin, niistä voi kasvaa vuosien ja vuosikymmenien mittainen painolasti.

Työntekijät ovat osallistuneet Firstbeat-mittauksiin, joista he ovat saaneet työhyvinvoinnin asiantuntijalta henkilökohtaista palautetta ja ohjeita eteenpäin. Hankkeen aikana Mikkelissä 16 työntekijästä kolme lopetti tupakoinnin ja painoa tipahti yhteensä kaksikymmentä kiloa. Työterveyshuolto on osallistunut neuvontaan ja seurannut muutoksia kyselyin ja tilastoin.

Työtiloissa on myös mitattu valaistusta, melua ja lämpötiloja. Nyt esimerkiksi henkilönsuojaimia käytetään aiempaa ahkerammin.

Mikkelissä kehittämishankkeen yhteisen oivalluksen voi kiteyttää näin: Ruoka, ruoan parissa tehtävä työ sekä asiakkaat, joille ruoka valmistetaan, ovat tärkeitä. ●

### LISÄÄ AIHEESTA

www.xamk.fi > Tutkimus ja kehitys > Tuottava ja tehokas ammattikeittiö