

Monipuolista kasvisruokaa lounaalle

Haluatko nostaa lounaspalveluiden kasvisruoat uudelle tasolle – maultaan, monipuolisuudeltaan ja ravitsemukselliselta laadultaan? Tämä käytännönläheinen koulutus tarjoaa inspiraatiota, uusia ideoita ja varmuutta kasvisruokien valmistamiseen arjen keittiöissä. Koulutus sopii erinomaisesti lounasravintoloiden, suurkeittiöiden, ruokapalveluyksiköiden ja ammattikeittiöiden henkilöstölle, jotka haluavat kehittää kasvisruoan osaamistaan ja laajentaa menutarjontaansa. Mukaan voivat osallistua myös kasviskokkailusta kiinnostuneet kotikokkaajat.

Kenelle koulutus sopii

- Lounasravintoloiden ja kahviloiden keittiöhenkilöstölle
- Suurkeittiöiden ja ruokapalveluyksiköiden työntekijöille
- Ammattikeittiöiden, oppilaitosten, päiväkotien ja hoivayksiköiden ruokapalveluille
- Kokeille, keittiöapulaisille ja ravitsemusalan opiskelijoille
- Kaikille, jotka haluavat lisää makua, ideoita ja varmuutta kasvisruokien valmistamiseen

Koulutuksen tavoite

Koulutuksen tavoitteena on antaa osallistujille käytännön taitoja ja toteutuskelpoisia reseptejä, joiden avulla kasvisruokia voidaan tuottaa maukkaasti, taloudellisesti ja sujuvasti osaksi päivittäistä lounastarjontaa.

Tavoitteet:

- lisätä varmuutta kasvisruoan valmistamiseen
- löytää uusia, monipuolisia reseptejä ammattikeittiön arkeen
- tehdä kasvisruoista maistuvia ja asiakkaille houkuttelevia
- tuoda lounaspöytään ravitsevia, helposti toteutettavia vaihtoehtoja
- kehittää makumaailmaa ja maustamista ammattimaisesti

Koulutuksen sisältö

- Kasvisruokavalion terveys- ja makuedut
- Nopeat, toimivat ja monipuoliset kasvispääruoat lounaspalveluihin
- Raikkaat lisukkeet ja salaatit
- Kasvisruoan suunnittelu ammattikeittiön arkeen
- Yhdessä valmistettu ja nautittu kasvislounas

Koulutuksen toteutus ja hinta

☰ Koulutuspäivä: 3.3.2026

☰ Aika: klo 16.00–20.00

☰ Paikka: Forssan ammatti-instituutti, Saksankatu 27, 30100 Forssa

☰ Katso sijainti [Google Mapsissa](#)

Kesto: 4 tuntia

Toteutustapa: Käytännön kokkauskoulutus – opitaan tekemällä

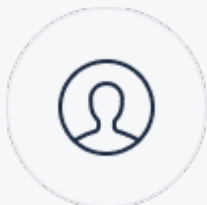
☰ Hinta: 149 € / hlö (sis. alv)

Hinta sisältää kaikki raaka-aineet, materiaalit sekä yhdessä valmistetun ja nautitun kasvislounaan.

Miksi valita tämä koulutus?

- Saat välittömästi hyödynnettäviä reseptejä ja ideoita lounaspalveluiden arkeen
- Opit tekemään kasvisruoista maukkaampia, ravitsevampia ja visuaalisesti houkuttelevampia
- Reseptit sopivat myös kiireiseen ammattikeittiöön
- Yhdessä tekeminen lisää inspiraatiota ja työn iloa
- Koulutus vahvistaa henkilöstön osaamista ja monipuolistaa ruokalistaa
- Lopuksi pääsette nauttimaan yhdessä valmistetun kasvislounaan

Lisätiedot



Tiina Nurmi

opettaja

+358 406620701

tiina.nurmi@lhkk.fi