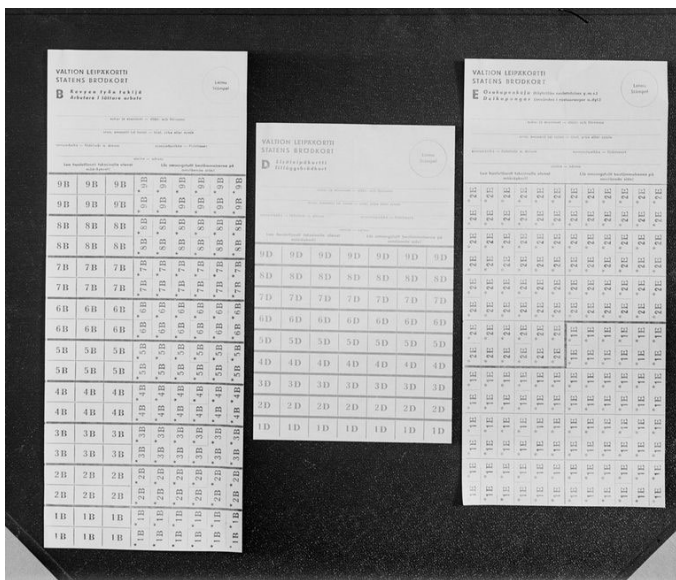


1940-LUVUN RUOKAKULTTUURI SUOMESSA

- Toisen maailmansodan aiheuttama pula-aika vaikutti ruokakulttuuriin.
- Ilmainen kouluruokailu alkoi vuonna 1948 ja takasi lapsille lämpimän aterian päivässä



- Säännöstely alkoi vuonna 1939 ja koski mm. kahvia, sokeria, viljaa, voita ja lihaa.
- Ostokortit jaettiin kansalaisille, ja annokset määriteltiin työn fyysisen rasittavuuden mukaan.

- Villivihanneksia kuten nokkosta ja voikukkaa käytettiin pinaatin ja salaatin sijaan.
- Peruna oli ruokavalion kulmakivi ja sen kulutus kolminkertaistui sodan aikana.
- Eläinperäisten tuotteiden, kuten lihan, voin ja maidon, kulutus romahti säännöstelyn vuoksi



- Korvikkeita käytettiin laajasti: kahvin korvikkeena paahdettua ruista, ohraa, lanttua ja voikukanjuurta.
- Sokerin korvasi sakariini, dulsiini ja kotitekoinen siirappi.