

Fiksuja valintoja ostoskoriin

Lidlin vastuullisuustyön
keskeiset teot ja tavoitteet

Vastuullisuus Lidlissä s. 2

Tavoitteitamme s. 4

Kestävän ruokavalion toimia s. 6

Kumppanin puheenvuoro: WWF s. 11



Se kannattaa.

Vastuullisuus Lidlissä

Haluamme tehdä terveyden ja ympäristön kannalta paremmat valinnat kaikille helpoiksi. Siksi tarjoamme päivittäin kattavan valikoiman tuoreita hedelmiä ja vihanneksia, pidämme esillä kasvipohjaisia vaihtoehtoja ja herätämme keskustelua tulevaisuuden ruokavaliosta. Teemme päivittäin töitä toimiaksemme paremmin ihmisten ja ympäristön hyväksi läpi arvoketjumme.

Ruokakauppana vaikutuksemme yhteiskuntaan ovat moninaiset. Toimitusketjumme ulottuvat ympäri maailman aina raaka-aineiden hankinnasta ja tuotteiden pakkaamisesta myymäläkuljetuksiin. Kotimaassa investoimme uusiin myymälöihin ja olemme merkittävä työllistäjä: tilikaudella 2025 noin 5 900 lidliläistä työskenteli 209 myymälässä, kolmessa jakelukeskuksessa ja pääkonttorilla. Vastuullisuustyöllämme onkin suuri merkitys monella taholla.

Me Lidlillä teemme päivittäin konkreettisia tekoja, joiden tavoitteena on ilmaston ja luonnonvarojen suojele, luonnon monimuotoisuuden kunnioittaminen, terveyden edistäminen ja reilu toiminta. Kaiken vastuullisuustyön pohjana on sidosryhmien kanssa käytävä vuoropuhelu.

Olemme määrittäneet eri tuoteryhmille ja raaka-aineille vastuullisuusvaatimukset, jotka ohjaavat ostajiemme ja

laadunvalvojienme päivittäistä työtä sekä viestivät vaatimuksemme selkeästi myös tavarantoimittajillemme.

Toimitusjohtajamme on päävastuussa vastuullisuustyöstämme, ja kaikki johtoryhmäläiset osastoineen työskentelevät tiiviisti tavoitteidemme saavuttamiseksi. Jokaiselta osastolta on edustaja vastuullisuustiimissä, jonka työtä vastuullisuuspäällikkö koordinoi. Tiimi tapaa säännöllisesti ja kehittää yhdessä vastuullisuusstrategian tavoitteita, mittareita, toimenpiteitä, sekä aiheeseen liittyvää viestintää ja raportointia. Teemme myös kansainvälisesti yhteistyötä eri Lidl-maiden ja kansainvälisen Lidl Stifungin vastuullisuustiimin kanssa sekä saamme tukea työhömmme Schwarz-ryhmältä.

Linjaukset ja lisätietoa vastuullisuustyöstämme löytyy verkkosivuiltamme osoitteessa [lidl.fi/vastuullisuus](https://www.lidl.fi/vastuullisuus)





Ilmaston suojelu

Käytämme resursseja tehokkaasti, keskitymme uusiutuvaan energiaan ja teemme työtä tavarantoimittajiemme kanssa, jotta päästövähennyksiä saadaan toteutettua myös toimitusketjuissamme. Ilmastotyömme pohjautuu Schwarz-ryhmän yhteisiin tieteeseen perustuviin ilmastotavoitteisiin (Science Based Targets), joiden avulla pyritään hillitsemään ilmaston lämpenemistä 1,5 asteeseen.



Luonnonvarojen suojelu

Panostamme toiminnassamme kiertotalouteen. Siksi kierrätämme ahkerasti ja torjumme ruokahävikkiä. Tavoitteenamme on tuotteiden ja pakkausten kierrätettävyyden parantaminen sekä kierrätysmateriaalien käytön lisääminen.



Luonnon monimuotoisuuden kunnioittaminen

Monimuotoinen luonto on perusedellytys ruoantuotannolle, puhtaalle vedelle, raittiille ilmalle ja tasapainoiselle ilmastolle. Siksi se on elinehto myös myymillemme tuotteille ja toimiville toimitusketjuillemme. Tästä syystä luonnon monimuotoisuus on sisäänrakennettu ostotoimintaamme ja valikoimalinjauksiimme. Toimitusketujemme ulkopuolella tuemme lisäksi luontoa ennallistavia ja sen monimuotoisuutta edistäviä hankkeita.



Terveysten edistäminen

Kestävän ruokavalion edistämiseksi kehitämme jatkuvasti kasvipohjaisten tuotteiden valikoimaa keskittyen erityisesti tuoreisiin hedelmiin ja vihanneksiin, kasviproteiineihin sekä täysjyvätuotteisiin. Samalla muokkaamme omamerkkituotteidemme ravinto-sisältöjä terveellisempään suuntaan. Tuemme aktiivisesti myös työntekijöidemme terveyttä ja hyvinvointia panostamalla ennaltaehkäiseviin toimiin ja hyvään työympäristöön.



Reilu toiminta

Uskomme, että reiluus on avain menestykseen, ja vastuu ihmisistä ja yhteiskunnasta on olennainen osa yritysperiaatteitamme. Tavoitteenamme on luoda työympäristö, joka tukee terveyttä ja hyvinvointia. Siksi otamme vastuamme vakavasti ja sitoudumme yhdessä kaikkien lidiläisten sekä toimitusketjuissamme työskentelevien kanssa reiluihin työoloihin sekä kunnioittavaan yhteistyöhön.

Tavoitteet ohjaavat käytännön vastuullisuustyötämme

Tavoite	Status	Tunnusluku	Tekomme 2025
Ilmaston suojelu			
20 % myymäläkuljetuksistamme kulkee uusiutuvalla tai muuten vähäpäästöisellä energialla v. 2025 loppuun mennessä	●	Uusiutuvalla ajatut kilometrit: 39 % Biokaasurekat: 26 kpl Sähkörekat: 2 kpl	Ylitimme tavoitteemme: Jo 39 % kuljetuskilometreistä ajettiin uusiutuvalla polttoaineella. Myymäläkuljetuksia ajoi 26 biokaasurekkaa ja kaksi sähkörekkaa.
30 % kiinteistöistämme tuottaa itse uusiutuvaa energiaa v. 2025 loppuun mennessä ja käytämme 100 % uusiutuvaa sähköä	●	Uusiutuvaa energiaa tuottavat kiinteistöt: 32 % Aurinkopaneelit: 44 myymälää, 3 jakelukeskusta	Ylitimme tavoitteemme: 32 % kiinteistöistämme tuotti uusiutuvaa energiaa. Jatkoimme aurinkopaneelien asentamista uusiin myymälöihin. Asensimme maalämmön Tampereen Tesoman puumyymälään: yhteensä 7 myymälää käyttää nyt maalämpöä. Jatkoimme 100 % uusiutuvalla energialla tuotetun sähkön käyttöä.
Luonnonvarojen suojelu			
Omien merkkien pakkauksissa käytetään 30 % vähemmän muovia ja 25 % kierrätysmuovia v. 2025 loppuun mennessä	●	Pakkausmuovia vähennetty: 36 % Kierrätysmuovia pakkauksissa: 26 %	Ylitimme molemmat tavoitteet. Vähensimme muovia 36 % vuosien 2017–2025 aikana, ja kierrätysmateriaalin määrä pakkauksissa nousi 26 prosenttiin. Olimme myös ensimmäinen kauppakettu Suomessa, joka nosti muovikassien hintoja niiden käytön vähentämiseksi. Helmikuussa 2026 muovikassittomien ostojen määrä kipusi jo noin 80 prosenttiin.
Nostamme kierrätysasteemme 95 prosenttiin	●	Kierrätysaste: 95 %	Jatkoimme kierrätyksen tehostamiseen keskittyvää projektia ja onnistuimme nostamaan kierrätysasteemme uuteen ennätykseen eli 95 prosenttiin.
Torjumme ruokahävikkiä	●	Hävikkiaste: 1,24 %	Vakiinnutimme uuden käytännön, jossa paistopisteen tuotteita myydään puoleen hintaan myymälöiden viimeisenä aukiolotuntina. Jatkoimme tuotteiden alennuskäytäntöjä ja yhteistyötä ruoka-apujärjestöjen kanssa. Onnistuimme laskemaan hävikkiasteemme uuteen ennätykseen eli 1,24 prosenttiin.
Luonnon monimuotoisuuden kunnioittaminen			
Arvioimme raaka-aineiden ympäristö- ja ihmisoikeusriskejä ja käytämme omien merkkimme tuotteissa todennetusti vastuullisesti tuotettuja raaka-aineita	●	Raaka-aineiden sertifiointit oman merkin tuotteissa: Kaakao: 99,6 % Kahvi: 100 % Tee: 100 % Palmuöljy: 100 % Sertifioitua tai kotimaista kalaa: 100 %	Vaadimme sertifiointeja raaka-aineilta, joissa on korkea riski ihmisoikeus- tai ympäristörikkomuksille. Esimerkiksi kaiken omien tuotemerkkien teen ja kahvin sekä omien merkkien tuotteissa raaka-aineena käytettävän kaakaon ja palmuöljyn on oltava sertifioitua.
Parannamme toimipaikkojemme ympäristöystävällisyyttä ja huomioimme luonnon monimuotoisuuden jokaisen uuden myymälän tontilla	●		Huomioimme luonnon monimuotoisuuden tonteilla kasvuston valinnassa ja esimerkiksi asentamalla hyönteishotelleja. Avasimme toisen puumyymälämme Tampereelle ja aloitimme kolmannen puumyymälän rakennustyöt Lahteen. Lisäksi rahoitimme kolmen hehtaarin metsäkosteikon rakentamisen Snappertunaan ravinnevalumien ehkäisemiseksi. Kosteikkohankkeen toteutti WWF Suomi.

Tavoite	Status	Tunnusluku	Tekomme 2025
Terveystiedon edistäminen			
Vuoden 2030 loppuun mennessä 20 % myymistämme proteiineista ovat kasvipohjaisia, 35 % myymistämme viljasta on täysjyvä ja kasvipohjaisten tuotteiden myynti kasvaa kansainvälisesti 20 %	●	Kasviproteiinin osuus myynnistä: 12 % Täysjyvän osuus viljojen myynnistä: 26 % (v. 2024) Kasvipohjaisen ruoan myynnin kasvu (kansainvälisesti): 2,6 % (v. 2024)	Järjestimme kolme vegeviikkoa ja alensimme kaikkien hedelmien ja vihannesten hintoja koko tammikuun ajaksi. Aloitimme yhteistyön WWF:n kanssa: Kannustimme myymälöissä asiakkaita hyvinvoinnin ja ympäristön kannalta hyvien valintojen pariin, järjestimme kestävä ruokavalion kokkikoulun ja jaoimme reseptejä. Kasviproteiinien myynti kasvoi v. 2025 aikana. (2025 tilanne muista tunnusluvuista ei vielä saatavilla julkaisuhetkellä.)
Vähennämme suolan ja sokerin kokonaismäärää omien merkkien tuotteissa 20 % vuoden 2025 loppuun mennessä, lisäämme ravitsemusmerkintöjä tuotteisiin	●	Suolan vähennys: 19,6 % (v. 2024) Sokerin vähennys: 18,8 % (v. 2024) Sydänmerkittyjä oman merkin tuotteita: 282 kpl	Lisäsimme 5 uutta Sydänmerkki-tuotetta valikoimaamme. Vuoden 2024 loppuun mennessä olimme vähentäneet tuotteistamme suolaa 19,6 % ja sokeria 18,8 %. (2025 tilanne ei vielä saatavilla julkaisuhetkellä.)
Meillä työskennellään terveellisesti ja turvallisesti työkyky huomioiden	●	Vakavien tapaturmien osuus: 8,3 %	Uudistimme työturvallisuuden riskinhallintajärjestelmämme ja koulutimme sisäisesti muutoksista. Edistimme työkykyriskien hallintaa tarjoamalla yhteistyössä Baronan kanssa kuntouttavaa toimintaa. Jatkoimme kevennetyn työn tarjoamista sitä tarvitseville. Aloitimme myymäläpäälliköiden hyvinvointiprojektin, jonka tavoitteena on tukea heidän hyvinvointiaan ja jaksamista entistä tehokkaammin.
Reilu toiminta			
Olemme jokaiselle sopiva ja yhdenvertainen työpaikka	●	Kansalaisuuksien määrä: 68 kpl	Olimme Helsinki Priden pääyhteistyökumppani. Koulutimme esihenkilöitä ja rekrytoijia tiedostamattomista ennakkoluuloista ja monimuotoisuudesta. Kaikki esihenkilöt osallistuivat monimuotoisuuskoulutukseen ja perustimme monimuotoisuustyöryhmän. Jatkoimme paikallisia työllistämishankkeita erityisryhmille ja teimme yhteistyötä Jäbät ja tunteet -yhteisön kanssa nuorten miesten tunnetaitojen kehittämiseksi.
Maksamme reilua palkkaa	●		Palkkauksemme perustuu palkkaportaisiin ja julkaisemme palkkatiedot työpaikkailmoituksissa. Rekrytointi ja Talent Management -prosessimme ovat kompetenssi- ja taitopohjaisia, mikä takaa yhdenvertaisuuden arvioinneissa. Kasvatimme naisten osuutta ylemmällä työntekijätasolla.
Tuemme jokaisen lidliläisen kasvua ja kehitystä	●	Koulutustuntimäärä: 15,5 h per työntekijä	Uudistimme työntekijöiden Talent Management -mallin rakennetta ja sisältöä. Aloitimme Kehittymisen kompassi -käytännön, jossa etenemisvaiheessa oleville työntekijöille tarjotaan henkilökohtainen kehityssuunnitelma. Koulutimme työntekijöitä keskimäärin 15,5 tuntia työntekijää kohden.
Teemme yhteistyötä ja käymme avointa vuoropuhelua	●	Yhteiskunnallisen tuen määrä: 632 620 €	Aloitimme yhteistyön WWF Suomen kanssa. Lahjoitimme esimerkiksi Hyvä joulumieli -keräykseen 40 000 euroa ja Mieli ry:lle 30 000 euroa. Olemme Jääkiekkoliiton yhteistyökumppani ja lahjoitimme 10 000 euroa Finkey Foundationille tukeaksemme lasten ja nuorten harrastamista. Tuimme noin 200 erilaista paikallista tapahtumaa tuotelahjoituksin.
Tuemme eläinten hyvinvointia toimitusketjuissamme	●	Eläinten hyvinvointimerkit tuotteet: 12 kpl	Laskimme Welfare Quality -auditoitujen Ilona-tuotteiden hintoja jopa 13 %.
Kunnioitamme ihmisoikeuksia ja noudatamme reiluja kauppatapoja	●	Reilun kaupan lisät: 391 700 €	Maksoimme lähes 400 000 euroa Reilun kaupan lisiä, eli 22 % kaikista Suomen Reilun kaupan lisistä. Myymme Reilun kaupan banaaneja tavallisena ja luomuna, ja esimerkiksi kaikissa pääsiäissuklaissamme käytetty kaakao oli Reilu kauppa -sertifioitua.

Kestävä ruokavalio

Tasapainoiseen, reilusti kasviksia sisältävään ruokavalioon panostamalla ja kannustamalla me Lidlissä voimme edistää sekä ihmisten että ympäristön etua. Tulevina vuosina tavoitteenamme on auttaa asiakkaitamme löytämään ostoskoriinsa entistä enemmän kasviksia, kasviproteiineja ja täysjyvää.

Kestävä ruokavalio on helppo tapa pitää huolta itsestä sekä luonnosta. Ylipaino ja siitä johtuvat erilaiset sairaudet ovat nykypäivänä merkittäviä terveysriskejä. Ruoantuotanto on myös yksi suurimmista ilmastopäästöjen lähteistä maailmanlaajuisesti ja eläinperäisen ravinnon tuotanto on ympäristölle erityisen kuormittavaa. Näihin asioihin jokainen voi kuitenkin vaikuttaa omilla valinnoilla kaupassa ja ruokapöydässä. Kasvipainotteen ruokavalio on tässä avainasemassa – mistään ei kuitenkaan tarvitse luopua täysin!

Visiomme tulevaisuuden valikoimasta pohjautuu planetaariseen ruokavalioon. Olemme ensimmäisenä kauppaketjuna asettaneet selkeät ja kunnianhimoiset tavoitteet terveyden ja ympäristön kannalta kestävämmän ruokavalion edistämiseksi. Kannustamme asiakkaitamme kasvipohjaisten ja kestävämpien ruokavalintojen pariin, ja viestimme edistyksestämme läpinäkyvästi – tinkimättä koskaan ruoan laadusta ja turvallisuudesta. Tässä työssä kumppanimme on WWF, jonka kehittämää metodologiaa hyödynnämme tavoitteiden asettamisessa, valikoiman kehittämisessä sekä läpinäkyvässä raportoinnissa.

Tavoitteenamme on kasvattaa kasvipohjaisten proteiinien sekä täysjyvän osuutta myynnistämme sekä tarjota asiakkaillemme päivittäin tuoreimmat hedelmät ja vihannekset. Kehitämme jatkuvasti omaa Vemondo-tuoteperhettämme, joka tarjoaa laadukkaita kasvipohjaisia vaihtoehtoja edulliseen hintaan.



Lidlin kestävän ruokavalion tavoitteet (vuoteen 2030 mennessä):

Tilanne:

20 % myydyistä proteiineista kasviproteiineja*

12 %
(v. 2025)

35 % myydyistä viljoista täysjyvää

26 %
(v. 2024)

20 % enemmän kasvipohjaisten tuotteiden myyntiä**

2,6 %
(v. 2024)

Päivittäin laaja valikoima tuoreita hedelmiä ja vihanneksia

Tavoitteet verrattuna vuoteen 2023. *Sisältää palkokasvit, pähkinät, siemenet ja levät sekä kasvipohjaiset vaihtoehdot lihalle, kananmunille ja kalalle. **Kansainvälinen tavoite, sisältää kasvipohjaiset proteiininlähteet, täysjyväviljat sekä hedelmät ja vihannekset.



Lidlissä kestävä ruokavalio pohjaa planetaariseen ruokavalioon

Planetaarinen ruokavalio koostuu pääosin kasvikunnan tuotteista, täysjyväviljasta, kasviproteiineista sekä rasvoista, mutta myös eläinperäisiä tuotteita mahtuu maltillisesti mukaan. Planetaarinen ruokavalio on suunniteltu niin, että 10 miljardia ihmistä voisi elää maapallolla vuonna 2050 syöden terveellisesti ja liikaa planeettaa kuormittamatta. Planetaarisen ruokavalion tavoitteena on, että vuoteen 2050 mennessä 60 % kulutetuista proteiineista olisi kasviperäisiä ja 40 % eläinperäisiä.

Planetaarisen ruokavalion peruseräatteen ovat:

- Enemmän hedelmiä ja vihanneksia, täysjyväviljoja, palkokasveja, pähkinöitä ja pehmeitä rasvoja
- Kohtuullisesti kalaa ja äyriäisiä sekä siipikarjanlihaa
- Vähemmän maitotuotteita, punaista lihaa, sokeria ja kovia rasvoja



Terveys alkaa lautaselta

Kasvipohjainen ruokavalio on myös terveydelle hyväksi. Tällä hetkellä suomalaiset syövät ravitsemussuosituksiin nähden liian vähän kasviksia ja täysjyvää ja liikaa lihaa.

- **14 %** miehistä syö tarpeeksi kasviksia
- **93 %** miehistä syö liikaa punaista lihaa
- **2 %** naisista syö tarpeeksi täysjyvää

Kelkka on kuitenkin kääntymässä, sillä kyselytutkimuksemme perusteella:

- **29 %** aikoo lisätä kasviproteiinien määrää ruokavaliossaan
- **54 %** aikoo lisätä kasviksien määrää
- **20 %** aikoo vähentää lihan syöntiä



”

Moni on kiinnostunut muuttamaan ruokavaliotaan parempaan suuntaan. Me kauppana haluamme tukea tätä lisäämällä tietoisuutta paremmista valinnoista ja tekemällä niistä mahdollisimman helppoja.



Maija Moisander
vastuullisuuspäällikkö, Lidl

Tekojamme kestävän ruokavalion edistämiseksi vuonna 2025

Tankkaa tofua, haukkaa heviä

Kannustimme WWF:n kanssa tammi-
kuun 2026 ajan myymälöissämme
asiakkaitamme kasvipohjaisten
valintojen pariin, kun papujen, tofun,
kasvijuomien sekä hedelmien ja
vihannesten kohdalla kyltit muistuttivat
oman hyvinvoinnin ja ympäristön
kannalta hyvistä valinnoista.

**Haukkaa
heviä.**
Se kannattaa.



Yhdessä kestävämmän
ruokavalion puolesta

Helpon vegeruoan pidot

Kutsuimme WWF:n kanssa monille tuttuja
sosiaalisen median vaikuttajia kokkaa-
maan kanssamme innostaaksemme heitä
ja asiakkaitamme kokkaamaan herkullista
ja terveellistä ruokaa. Samalla jaoimme
tietoa kestävän ruokavalion merkityksestä
terveydelle ja ympäristölle. Tilaisuudessa
kokattujen ruokien reseptit löytyvät resepti-
pankistamme, minkä jälkeen olemme laati-
neet WWF:n kanssa yhdessä lisää helppoja
arkireseptejä kaikkien saataville.

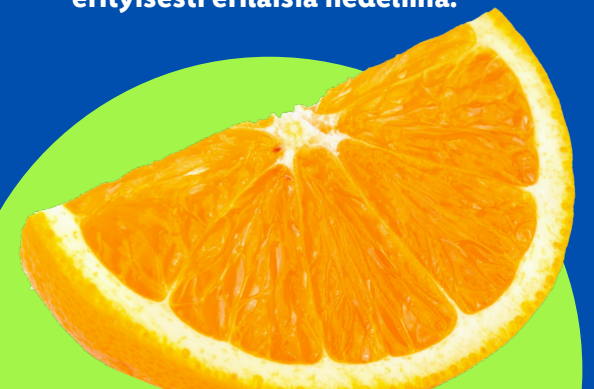
Helppoja reseptejä osoitteesta
reseptit.lidl.fi

Yli

1 000 000

myytyä kasvista enemmän.

**Tammikuussa 2026 satsasimme
isosti heviin, kun koko hedelmä- ja
vihannesosastomme oli alennuksessa.
Jopa 30 % alennus innosti kokeilemaan
erityisesti erilaisia hedelmiä.**



Täysjyvä kannattaa

Täysjyvä on merkittävä osa monipuolista ja terveellistä ravitsemusta. Kuitenkin vain murto-osa syö täysjyvää suositusten mukaisesti 90 grammaa päivässä. Riittävä täysjyvän saanti vähentää useiden sairauksien riskiä ja lisää tutkimusten mukaan terveitä elinvuosia. Täysjyvällä on myös vähemmän tunnettuja ympäristöhyötyjä – täysjyvistä käytetään koko viljan jyvä ja näin myös hukkaa syntyy mahdollisimman vähän.

Täysjyvää lisätäksemme kehitämme jatkuvasti tuotevalikoimastamme täysjyväpitoisempaa muokkaamalla olemassa olevien tuotteiden reseptejä ja tuomalla valikoimaan kokonaan uusia tuotteita.

Tarjoamme täysjyvävaihtoehdon kaikissa olennaisissa tuoteryhmissä, jotta täysjyvän lisääminen omassa ruokavaliossa olisi mahdollisimman helppoa.



Hyvästit houkutteleville piirroshahmoille

Luovuimme piirroshahmoista omien merkkien tuotepakkauksissa. Emme halua markkinoida epäterveellisiä tuotteita lapsille, ja tästä syystä muun muassa pillimehu-, suklaamuro- ja keksipaketeissa seikkailevat lapsia kiinnostavat hahmot ovat saaneet lähtöpassin. Tuotepakkausten muutosprojekti on saatu päätökseen tilikaudella 2025 ja yli 70 pakkausta on saanut uuden hahmottoman ulkoasun.



Vähemmän suolaa ja sokeria

Olemme jo vuosia vähentäneet oman merkin tuotteistamme suolaa ja sokeria. Asetimme tavoitteeksi, että vuoden 2025 loppuun mennessä olisimme vähentäneet molempia tuotteistamme 20 prosenttia.

Vuodesta 2015 alkaen monien tuotteiden reseptiä on muutettu astetta terveellisemmäksi ja tilikauden 2024* loppuun mennessä tuotteissamme oli:

● **19,6 %** vähemmän suolaa

● **18,8 %** vähemmän sokeria

**2025 tilanne ei vielä saatavilla julkaisuhetkellä.*





Tervetuloa kasvispuntariin

Kutsuimme tärkeitä sidosryhmiämme yhteiselle aamiaiselle keskustelemaan siitä, miltä suomalaisten ruokavalio parhaillaan näyttää ja mitä voisimme tehdä sen eteen, että tulevaisuudessa totutuista tavoista siirrytään kohti kestävämpää ruokavaliota.



Helppo ja halpa valinta

Hinta on yksi tärkeimmistä vaikuttajista ostopäätöksessä. Tarjoamme kasvipohjaisia tuotteita edullisesti, sillä emme halua, että hinta on este valita kasvisvaihtoehto. Kun Vemondo-merkin kasvipohjaiselle proteiininlähteelle löytyy eläinperäinen vastinpari, sen hinta täsmätään niin, että se maksaa korkeintaan saman verrain kuin eläinperäinen verrokkinsa. Näin on tehty esimerkiksi kasvipohjaisen leikkeleen ja valmisaterioiden kohdalla.

Hyvästit vegehyllille

Olemme aiemmin jo poistaneet myymälöistämme erilliset vegehyllit. Näin laskemme kynystä kokeilla kasvipohjaisia vaihtoehtoja, kun ne löytyvät tuttujen eläinperäisten tuotteiden vierestä. Mielestämme kasvipohjainen ruokavalio ei ole erikoisruokavalio, vaan kuuluu kaikille.



Kasviproteiinien suosio on kasvussa

Edulliset kasviproteiinit kiinnostavat, ja erityisesti palkokasvien, kuten papujen ja linssien, myynnissä tapahtui selvää kasvua vuonna 2025.

Pavut, linssit, herneet, ym.

+19 %

**Kasviproteiinit pakkasesta
(esim. pihvit ja palkokasvit)**

+12 %

Ikisuosikki Lidlin luomutofu

+6 %

Prosentit kuvaavat kehitystä vuodesta 2024 vuoteen 2025.

Väärinymmärryksiä ja valintojen maailma

Kestävän ruokavalion tavoitteiden edistämiseksi aloitimme vuonna 2025 WWF Suomen kanssa kolmivuotisen yhteistyön, jonka tavoitteena on lisätä tietoa ruoan ympäristövaikutuksista ja kannustaa suomalaisia kasvipainotteisempiin ruokavalintoihin. WWF:n ruokaohjelman ohjelmajohtaja Stella Höynälänmaa kertoo, miksi juuri sinun valinnoillasi on väliä.

Mitä merkitystä on kestävällä ruokavaliolla?

Syömämme ruoka on valinta, jonka teemme monta kertaa päivässä. Tästä syystä sillä onkin ihan valtavat vaikutukset. Kestävät ruokavalinnat ovat ympäristön kannalta tärkeimmät päivittäiset valinnat, sillä ruokajärjestelmällä on suuri merkitys ilmastomuutokseen ja erityisesti luontokatoon. Yksi vaikuttavimmista teoista on siirtyminen kasvipainotteisempaan syömiseen ja ruuantuotantoon – tähän voi jokainen omalta osaltaan vaikuttaa myös omalla lautasella. Toki se on myös terveyden kannalta hyvä valinta, eli tilanne on win-win.

Pitäisikö kaikkien olla vegaaneja?

Viesti kasvipainotteisuudesta tulkitaan toisinaan niin, että lihasta pitäisi luopua kokonaan. Ympäristön kannalta kyse ei kuitenkaan ole joko-tai-valinnasta, vaan määristä. Kestävä ruokavalio voi siis sisältää myös eläinperäisiä tuotteita. Suunta on sama kuin ravitsemussuosituksissa – erityisesti punaista lihaa ja maitotuotteita tulisi vähentää. Suomalaisista yli 90 prosenttia on sekasyöjiä, joiden arjen valinnoilla on merkitystä. Kaikkien ei tarvitse siirtyä kasvissyöjien joukkoon, vaan yhdenkin annoksen vaihtamisella kasvipohjaiseksi on kokonaiskuvassa suuri vaikutus.

Millainen merkitys Lidl:n ja WWF:n yhteistyöllä on?

Kauppa on tärkeä ruokaympäristö, jossa päätetään mitä syödään. Kaupalla on valta ja vastuu vaikuttaa siellä tehtäviin valintoihin. Siksi onkin hienoa, että Lidlillä on kestävä ruokavalion edistämiseksi sekä selkeät tavoitteet että konkreettiset toimenpiteet. Edistymistä kohti kestävämpiä ruokavalintoja myös mitataan ja raportoidaan läpinäkyvästi WWF:n Planet-Based Diets -metodologian mukaisesti. Tutkimusten mukaan ihmiset haluavat tehdä muutoksia ruokavaliossaan – me yhdessä haluamme kannustaa tähän ja auttaa siinä, että parempien valintojen tekeminen on mahdollisimman helppoa.

Omat lempivinkki arjen ruoanlaittoon?

Jos pystyy tekemään isoja satseja ruokaa valmiiksi, kannattaa hyödyntää pakastamista. Esimerkiksi lins-

Kestävään ruokavalioon kannustamisen ohella Lidl ja WWF tekevät yhteistyötä luonnon ennallistamiseksi ja Suomen eläinlajien hyväksi. Lidl tukee WWF:n työtä kosteikkojen rakentamiseksi Tammisaaren Snappertunnassa ja Inkoossa, minkä lisäksi Lidl:n asiakkaat voivat lahjoittaa pullopanttirahansa WWF:lle Suomen luonnon ja eläinten suojelutyöhön kaikissa myymälöissä.

sikeitot ja muhennokset toimivat tähän hyvin. Myös ruokaisia salaatteja pystyy valmistamaan isoja määriä.

Ruoka-asioissa lempeys ja nautinto ovat tärkeitä juttuja. Joskus on aikaa kokata ja fiilistellä ruokaa, kun taas kiireisempiin hetkiin löytyy helppoja vaihtoehtoja. Kasvipohjaisen ruoan kokkailu ei ole sen vaikeampaa kuin liharuoan valmistaminen. Uutta kannattaa opetella sen mukaan, mikä on oma elämäntilanne ja toiveet. Kiireisessä arjessa ei välttämättä kannata aloittaa monimutkaisesta ja aikaa vievästä reseptistä, vaan omia uusia lempireseptejä etsiessä kannattaa valita alkuun pari prioriteettiä, mitä resepteiltä toivoo – näitä voi olla esimerkiksi terveellisyys, helppous tai nopeus. Itse kerään parhaat reseptit omaan reseptikirjaan, mistä on mukava etsiä kokattavaa.





Lidl Suomi
media@lidl.fi
(09) 2345 6400

Lue lisää osoitteesta
lidl.fi/vastuullisuus

Julkaistu 25.9.2026