

ATERIOISSA KÄYTETTÄVÄT ELINTARVIKKEET

Maito ja maitotaloustuotteet	Suomi
Keiju levite	Suomi
Leipä	Pielispakari, Nurmes Ämmän leipä, Suomussalmi
Liha ja lihajalosteet	Suomi
Pihvit ja Pyörykät	Suomi
Pakastekala	Suomi, Eurooppa
Perunat	Suomi
Juurekset	Suomi, Eurooppa
Salaattivihannekset	Suomi, Eurooppa
Marjat	Suomi
Hedelmät (Satokauden mukaan)	Suomi, Eurooppa

Peruna on läpi vuoden kotimaista, juurekset ja vihanneksen ovat satokauden mukaan kotimaista. Juureksia ja vihanneksia tulee ulkomailta lähinnä talven ja kevään aikana, siis silloin kun kotimaista ei ole saatavilla tai kotimaisen hinta on erityisen korkea. Hedelmistä syksyllä kotimaista on omena, muuten hedelmät ovat ulkolaisia.