



# RAAKA-AINEIDEN ASEMA RUOKINNASSA

**Marika Karulinna**

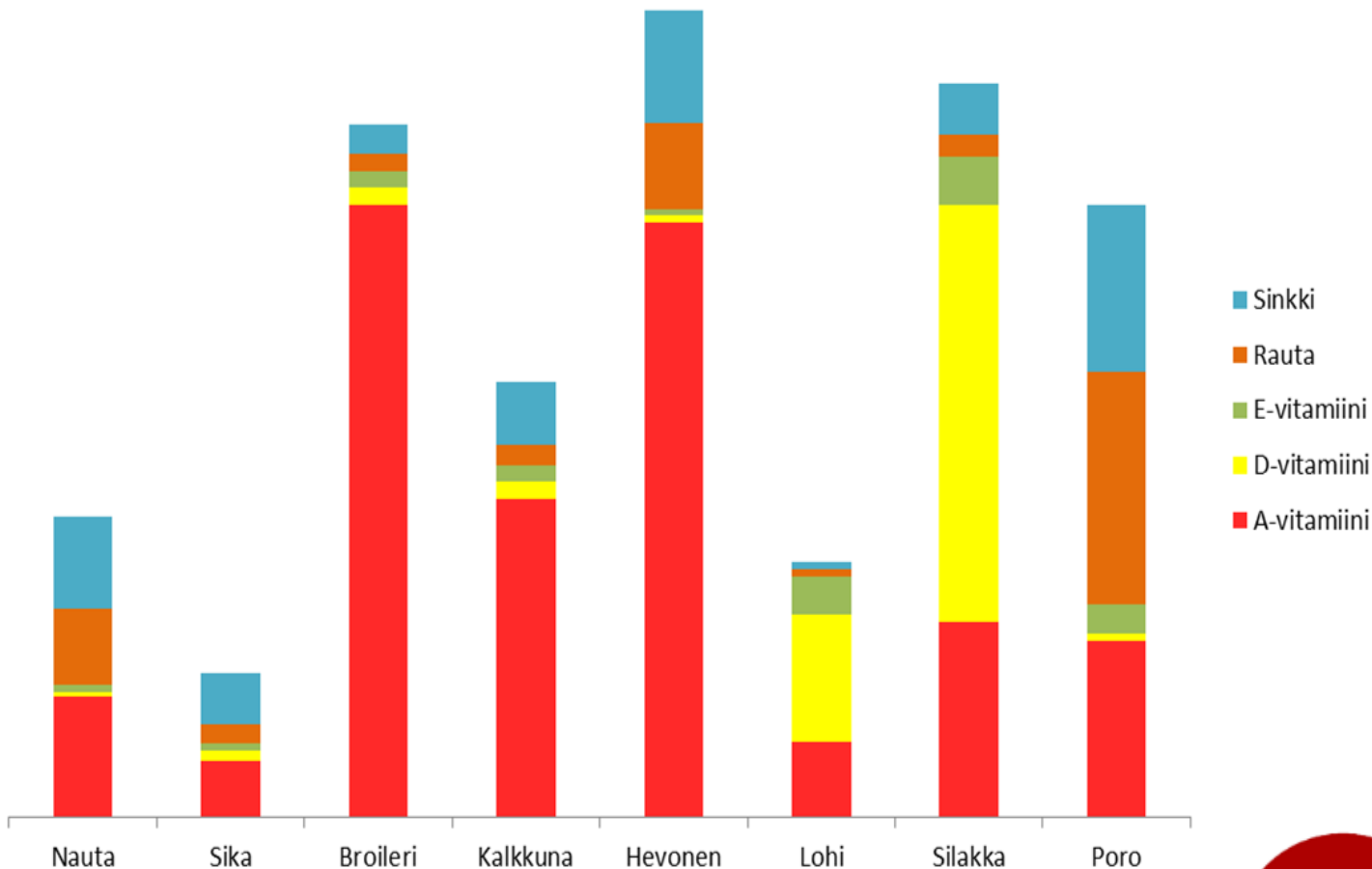
# LIHA

- Koira on lihansyöjä, joten sen ravinnon perustana kuuluu olla liha
- Punaisesta lihasta saa rautaa
- Vaaleat lihat ovat usein rasvattomampia – poikkeuksiakin löytyy
- Paljon hyvin sulavaa rasvaa ja proteiinia
- Ei turhia hiilihydraatteja
- Monipuolisesti saatavilla



stia

# ERI LIHOJEN VÄLISIÄ EROJA



Huom!  
Lihalaadun  
sisällä eri  
aineiden  
suhteet  
eivät ole  
todellisia.  
Kaavio on  
tarkoitettu  
vain eri  
lihojen  
väliseen  
vertailuun.



# LUUT

- Ei sisällä juurikaan energiaa
- Erinomainen kalsiumin lähde
- Pitää huolta hampaista
- Tekemistä



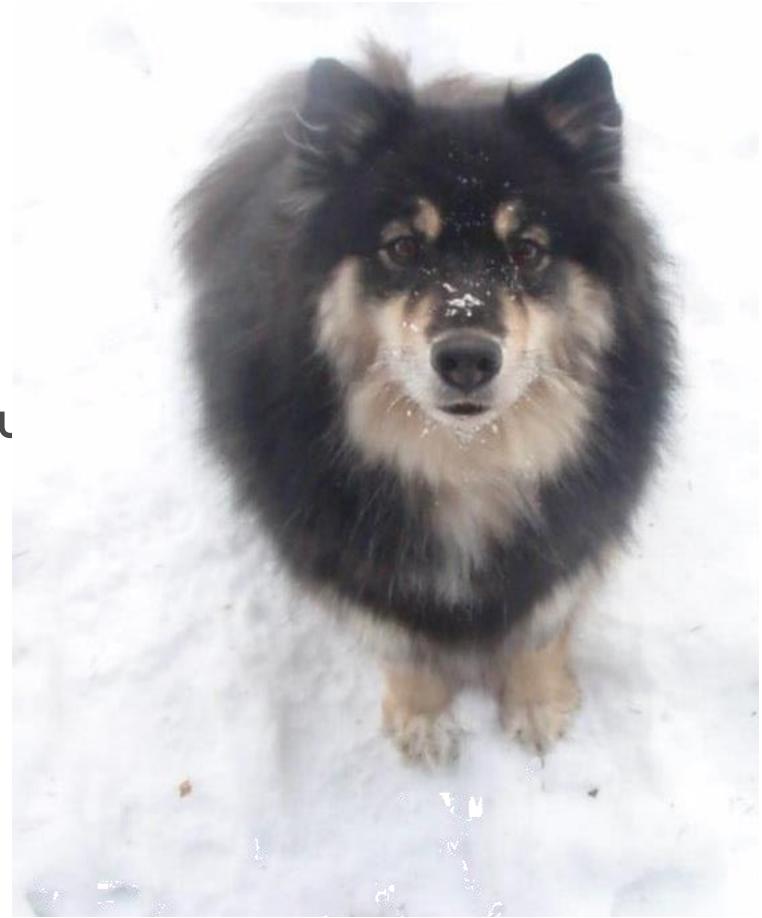
# RUSTOT, SIDEKUDOKSET YMS.



- Voivat ruokkia hiivaa
- Ravitsemuksellisesti arvottomia
- Käyvät kuitenkin mahantäytteeksi ja ajanvietteeksi, mikäli sopivat koiralle
- Näillä voidaan korvata kasviperäisiä kuituja

# MAKSA

- Erittäin korkea A-vitamiinipitoisuus
  - Korkea B-vitamiinipitoisuus
  - Korkea rautapitoisuus
  - Seleenää
  - Sinkkiä
- 
- Saatavilla useista eri eläimistä – pitoisuudet vaihtelevat hiukan.



Marika Karulinna - Raaka-aineita

# MUNUAINEN

- Runsaasti seleeniä ja muita hivenaineita
- Jonkin verran A-vitamiinia
- Edullista
- Rasvatonta



[www.sumppu.info](http://www.sumppu.info)



# KALA

- Vaalea, kotimainen kala (siika, kuha) sekä pienet rasvaiset kalat (silakka, muikku) sisältävät reilusti D-vitamiinia
- Lohikaloissa on runsaasti terveydelle edullisia omega3-rasvahappoja, myös viljellyissä
- Koirille saa ”roskakalaa” edullisesti
- Myös kala-aterioiden tähteet (ruodot, nahka, pää) voi käyttää
- Pakastesei on edullista ja rasvatonta, mutta proteiinin suhteen laadukasta





# KANANMUNA

- Äärimmäisen hyvin sulavaa ravintoa
- Suhteellisen paljon proteiinia
- Myös kuoret voi hyödyntää kalsiumin lähteenä
- Edullisia
- Puriiniton



[www.sumppu.info](http://www.sumppu.info)



# RASVAT JA ÖLJYT

- Paljon energiaa pienessä määrässä – sopivat paljon kuluttaville koirille isommissakin määrin
- Huolehtivat mm. ihon hyvinvoinnista
- Eläinrasvat (läski, kalaöljyt) ovat koiralle parempia kuin kasvipäiset rasvat
- Kalan rasvoista saa tärkeimpiä omega3- rasvahappoja
- Kasviöljyissä on E-vitamiinia
- Rasvojen määrä vaatii totuttelua – isompi kerta-annos aiheuttaa helposti rasvaripulin
- Vaatii paljon syötettynä E-vitamiinilisän

[www.sumppu.info](http://www.sumppu.info)



# KUIDUT

- Kuidut ovat hiilihydraatteja, jotka eivät sula
- Kaikki koirat eivät tarvitse kuitua erikseen
- Sitovat itseensä vettä ja kuona-aineita
- Lisäävät ulosteen massaa
- Pehmentävät ulostetta
- Voivat heikentää vitamiinien ja hivenaineiden imeytymistä
- Hyviä lähteitä mm. vehnäleseet, kauraleseet, kaurahiutaleet, pellavarouhe, greenline, kuitupitoiset kasvikset
- Kuivana, mikäli maha löysällä, muutoin turvotettuna



# PUUROT

- Hiilihydraatit eivät ole koiralle välttämättömiä
- Puurot ovat pääasiassa hiilihydraatteja, ja kypsennyksen vuoksi ne sulavat melko hyvin
- Tasapainottavat usein hieman herkkää mahaa
- Sisältää energiaa
- Voivat turvottaa
- 1/3 annoksesta voi olla terveellä koiralla puuroa
- Helpottavat tähteiden hyödyntämistä koiran ruokinnassa



# MERILEVÄ

- Useimmilla raakaruokkijoilla mukana **Jodin** vuoksi
  - Voidaan korvata jodoidulla suolalla
- Pehmentää hammaskiveä
- Sisältää hiukan myös muita mineraaleja



# KUIVAMUONA

- Hyvää, vitaminoitua ravintoa
- Tuotteesta ja sopivuudesta riippuen hyvä sulavuus
- Kehnolaatuiset raaka-aineet
- Kuitua
- Sopii usein närästäjille ja herkkämahaisille
- Edullista
- Vaivatonta, myös retkiruokana
- Voidaan höystää ja maustaa mitä erilaisimmin tavoin
- Hyviä nameja



# MAITOTUOTTEET

- Maito sellaisenaan sekä laktoosi voivat aiheuttaa ongelmia
- Monille koirille hapanmaitotuotteet sopivat
- Paljon nestettä
- Raejuusto, rahka ja hera ovat kevyitä, puriinittomia proteiininlähteitä
- Voi tasapainottaa vatsan toimintaa
- Löytyy myös maitohappobakteereilla höystettyjä tuotteita
- Maitotuotteilla saa kasvatettua annoskokoa
- Rasvaiset sopivat energiamäärän nostamiseen



# KOTIRUUAN TÄHTEET

- Sopivat hyvin koiran kuppiin järkevissä määrin
- Vaatii totuttelua
- Perunat ja juurekset on hyvä muhentaa kevyesti – isot palat eivät välttämättä sula kunnolla, ja aiheuttavat näin tukosriskin
- Maissintähkät ovat nounou
- Myös broilerin luut voi antaa





# HEDELMÄT, MARJAT JA KASVIKSET

- Kuitua
- Hedelmissä ja marjoissa on myös hiukan sokereita – nopeaa energiaa
- Voimakkaan värisissä kasviksissa on väriaineita, joilla saattaa olla terveydellisiä hyötyjä
- Marjat ja hedelmät sisältävät antioksidantteja ja flavonoideja
- Karpalo ja puolukka saattavat helpottaa virtsatievaivoissa
- Hyötyjen saamiseksi kuori on murskattava
- Saatavuus hyvä, tähteet kelpaavat koirille

[www.sumppu.info](http://www.sumppu.info)



# NÄISTÄ RAAKA-AINEISTA SAA KOOTTUA

- Terveellisen
- Monipuolisen
- Ja helpon ruoka-annoksen.



**Vaikka jokainen päivä olisi erilainen tai samanlainen, tietyt asiat on silti pääsääntöisesti lisättävä.**

- D-vitamiini
- Sinkki
- A, mikäli ei ruokavalioon kuulu lainkaan maksaa
- E, mikäli ruoka sisältää reilummin rasvaa