

Innehållsförteckning

INLEDNING	2
Syfte och mål	2
Fastställande och revidering av riktlinjer	2
MÅLTIDER INOM FÖRSKOLA, SKOLA OCH GYMNASIUM	3
STYRANDE LAGAR/Författningar	3
Ansvarsfördelning	3
Rektor och förskolechef	3
Pedagogisk personal	3
Måltidschef och måltidsenheten	3
Kock	3
Pedagogiska måltider	4
Måltidsordning	4
Förutsättningar för näringsriktiga mellanmål och frukostar	4
Specialkost	4
Förälder/elevs ansvar	5
Måltidsenhetens ansvar	5
Rektors ansvar	5
Måltidsmiljö	5
Uppföljning och utvärdering av kvalitet och måltidsfrågor	5
MÅLTIDSENHETEN	6
Näringsriktiga Måltider	6
Särskilda dieter	6
Hållbara måltider	6
Säkra måltider – livsmedelshygien och hygien i köket	6
Livsmedelsupphandling	7

INLEDNING

Riktlinjerna anger Sala kommuns övergripande viljeinriktning och ambitionsnivå avseende kvaliteten på de måltider som tillagas och serveras på förskolor, skolor, gymnasium och fritidshem. Riktlinjerna i sin helhet gäller för samtliga ovan nämnda verksamheter om inget annat anges i texten. Ovan nämnda verksamheter som serverar måltider inom Sala kommun ska utifrån föreliggande riktlinjer utarbeta lokala rutiner för mat och måltidssituationer.

Riktlinjerna ska vara vägledande för att säkerställa god kvalitet och fungera som stöd samt synliggöra ansvarsfördelning inom olika verksamheter som berör måltidssituationer. Riktlinjerna ska även fungera som ett stöd i verksamhetsstyrning, uppföljning och utvärdering samt vid upphandling. Riktlinjerna bygger på Livsmedelsverkets riktlinjer om bra mat i förskolan och skolan.

SYFTE OCH MÅL

Syftet med riktlinjer för måltider inom Sala kommun är:

- Att ha gemensamma riktlinjer för förskolor, skolor och gymnasium för att ha en hög kvalitet när det gäller kost och måltider.
- Att utgöra ett styrmedel i verksamhetsnära arbete, målarbete, uppföljning och utvärdering av mål samt i upphandling av verksamhet.

Målet med riktlinjer för måltider inom Sala kommun är:

- att utifrån barnets/elevens behov tillförsäkra mat och måltider av god kvalitet. Detta innebär att barn/elever ska erbjudas en varierad och näringsriktig måltid i en anpassad måltidsmiljö för att främja god hälsa.

Fastställande och revidering av riktlinjer

Föreliggande riktlinjer antogs på KS sammanträde 2016-06-07.

Riktlinjerna är giltiga i tre år fr.o.m. beslutat datum. Därefter ska revidering av riktlinjerna genomföras.

Arbetet med riktlinjerna har genomförts av representanter från Barn och Utbildning samt Måltidsenheten bl.a. Elisabeth Tjärnström, Karin Lantz, Emelie Eriksson, Monica Pettersson och Madeleine Boström.

MÅLTIDER INOM FÖRSKOLA, SKOLA OCH GYMNASIUM

STYRANDE LAGAR/FÖRFATTNINGAR

I arbetet med mat och måltider för barn och ungdomar finns följande regelverk:

- Livsmedelslagen (SFS 2006:804)
- Livsmedelsförordningen (SFS 2006:813)
- Nordiska Näringsrekommendationer NNR, 2012
- Bra mat i skolan Livsmedelsverket 2013
- Bra mat i förskolan Livsmedelsverket 2007
- Skollagen (SFS 2010:800)

ANSVARSFÖRDELNING

Rektor och förskolechef

- ansvarar för att rutiner för livsmedelshygien finns från det att maten lämnar köket fram till servering (förskola)

Pedagogisk personal

- ansvarar för att rutiner för livsmedelshygien följs från det att maten lämnar köket fram till servering

Måltidschef och måltidsenheten

- måltidschef har lämplig akademisk utbildning, t.ex. kostvetare/kostekonom alt. dietist
- ansvarar för att leda planering, produktion, utveckling och utvärdering av den måltidsservice som finns inom kommunen
- har kompetens inom näringslära, näringsbehov hos olika målgrupper, livsmedel, livsmedelshygien och matlagning samt matsedelsplanering vid både hälsa och sjukdom

Kock

- ansvarar för att köpa in livsmedel inom upphandlat sortiment, tillaga måltider som följer den centralt beslutade och näringsberäknade menyn med omsorg och med respekt för råvaran
- ansvarar för att de måltider som tillagas och serveras är vällagade, smakar bra och serveras i en för gästen tilltalande miljö med gott bemötande och gott värdskap
- har tillräcklig kunskap om barn och ungdomars näringsbehov och ev. behov av specialkost för att klara sitt uppdrag.
- Ansvarar för livsmedelssäkerheten för maten så länge den serveras och varmhålls i buffévagn

PEDAGOGISKA MÅLTIDER

Måltiden är en pedagogisk aktivitet. Syftet är att måltiden ska vara ett tillfälle till samvaro mellan vuxna och barn. De pedagogiska måltiderna är viktiga för att barnen ska få en positiv upplevelse av måltiden och en naturlig inställning till mat. Barnen behöver vuxna som förebilder och stöd. Att sitta vid samma bord och äta samma mat ger tillfälle till samtal. Barnen får träna gruppkänsla, betydelse av samarbete och att förstå olikheter.

MÅLTIDSORDNING

Måltidsordning: Frukost, lunch och mellanmål ska tillsammans ge barnet cirka 65 % av rekommenderat dagsbehov av energi- och näringsämnen. Detta fördelas enligt följande:

- Frukost 20-25 %
- Lunch 25-35 %
- Mellanmål 10-15 %

Förutsättningar för näringsriktiga mellanmål och frukostar

Bra mellanmål och frukost ger både energi och näring i lagom mängd. Cirka 25 procent av rekommenderat dagligt intag av energi och näring är lagom till frukost och cirka 15–20 procent till mellanmål på eftermiddagen. För att frukost och mellanmål ska ge tillräckligt med näring bör de inkludera tre byggstenar:

- Mjolkprodukt (eller alternativ med liknande näringsinnehåll, till exempel berikad havredryck)
- Bröd med pålägg och/eller cerealieprodukt (flingor, müsli)
- Fukt och grönsaker

Mellanmål och frukost bör inte inkludera söta och/eller näringsfattiga livsmedel, som exempelvis nyponsoppa, fruktyoghurt, saft eller bakverk. De ger energi men för mycket socker och sällan tillräckligt med näring.

SPECIALKOST

Elever som av medicinska, religiösa eller etiska skäl har behov av specialkost skall tillhandahållas detta.

Skollagens krav på näringsriktiga skolmåltider omfattar även specialkosten. Även elever med allergi och överkänslighet har rätt till näringsriktig mat som de tryggt kan äta utan att riskera att bli sjuka. Skolan ska ha rutiner för att det fungerar och gärna samverka med elevhälsan kring elever med allergi och överkänslighet. Det är viktigt att elever med allergi eller överkänslighet har fått en korrekt diagnos så att rätt livsmedel undviks.

Förälder/elevs ansvar

Det är förälder eller elev över 18 års ansvar att fylla i och uppdatera blanketten för beställning av specialkost. Intyg från läkare eller sköterska skall bifogas enligt beskrivning på blankett för beställning av specialkost. På blanketten skall tydligt framgå vad barnet/eleven är allergisk mot, symptom samt vad som händer om barnet får i sig allergenen. Om det finns medicinering ska detta också anges och bifogas instruktioner för dosering, var medicinen förvaras och hur man ska ge den på bästa sätt. Förälder ansvarar för att meddela kök när barn/elev med specialkost är frånvarande.

Måltidsenhetens ansvar

Måltidsenheten ansvarar för att tillaga specialkost till de som lämnat in en blankett med beställning av specialkost. Maten skall tillredas och serveras på ett säkert sätt så att korskontaminering inte sker. Maten ska märkas upp med barnets/elevens namn eller namnet på specialkosten (t.ex. laktosfritt). Den alternativa kosten skall vara fullgod och så långt som möjligt ha samma näringsvärde som normalkosten. Olika former för utbildning i specialkost och allergener sker årligen för alla medarbetare inom måltidsenheten. Specialkosten tillhandahållas till samma kostnad som normalkosten.

Rektors ansvar

Rektor ansvarar för att samla in beställningar av specialkost och förmedla informationen till köket samt annan personal på skolan som behöver den informationen. Det åligger den pedagogiska personalen att ansvara för att korrekt maträtt serveras till rätt barn/elev.

MÅLTIDSMILJÖ

En trevlig måltidsmiljö är, enligt livsmedelsverket, bra planerade lokaler och organisation. Det ska finnas tillräckligt med tid för att äta, måltiderna bör vara på fasta och regelbundna tider. Det ska vara trivsamt och lugnt i miljön kring måltiderna. Pedagogiska måltider ingår med fördel i uppdraget. Tänkvärt är, att om de vuxna som äter med barnen uppskattar maten, är det större chans att förmedla goda matvanor hos alla. Målet är att få tystnaden och inte behöva be om den.

UPPFÖLJNING OCH UTVÄRDERING AV KVALITET OCH MÅLTIDSFRÅGOR

Måltidsenheten är sammankallande till matråd 2-4 ggr/år på resp. skola/förskola. Frågor som ska tas upp och diskuteras är uppdaterade rutiner, information om kost- och måltidsfrågor, synpunkter från barn och ungdomar gällande måltider och meny. Matråd sker utifrån en fastställd dagordning.

Måltidsenheten ska årligen skicka ut en enkät till elever för att ta reda på vad de tycker om måltiderna. Enkäten sammanställs och resultatet återkopplas till rektor för resp. skola.

MÅLTIDSENHETEN

NÄRINGSRIKTIGA MÅLTIDER

De Nordiska näringsrekommendationerna (NNR) och de svenska näringsrekommendationerna (SNR) handlar om hur barn, vuxna och äldre ska äta för att må bra på både kort och lång sikt. Menyn på skolor och förskolor näringsberäknas enligt rekommendationerna vilket innebär att den tillgodoser de primära energi- och näringsbehoven. Måltidernas sammansättning och näringsinnehåll varierar från måltid till måltid och från dag till dag. Måltidsenheten värnar om barnens hälsa och arbetar aktivt med att minska intaget av tomma kalorier. Genom att servera frukt och bär undviks sylt och socker som sötningsmedel till frukost och mellanmål. Sylt och ketchup samt andra sötade smaksättare kan serveras som tillbehör till maträtter. Ingen servering av söta måltidsdrycker ska förekomma i Sala kommuns skolor och förskolor. Glass, desserter eller bakverk serveras högst en gång under en fyraveckorsperiod. Eftersom många barn och ungdomar i Sala kommun äter huvuddelen av sina måltider på förskolor och i skolor är det viktigt att alla Måltidsenheten och Barn och Utbildning samverkar kring måltiderna och medverkar till goda matvanor hos våra barn och ungdomar.

Särskilda dieter

Särskilda dieter som till exempel LCHF (low-carbohydrate, high-fat) rekommenderas inte i skolan eller förskolan eftersom de ofta är framtagna som viktminskningsdieter som inte passar att serveras till friska, växande individer. Att helt eller till viss del utesluta ett eller flera livsmedel utan något medicinskt skäl rekommenderas inte heller eftersom det kan resultera i en ensidig kost som gör det svårare att få i sig alla näringsämnen. Barn och ungdomar med överviktsproblematik bör få individuellt utformade råd från vården.

HÅLLBARA MÅLTIDER

Genom att göra medvetna val av livsmedel och arbetssätt kan hållbara måltider serveras utan onödig miljöbelastning. S.M.A.R.T.-modellen som bygger på de svenska näringsrekommendationerna i kombination med de svenska miljömålen ligger till grund för menyplanering och förhållningssätt. Måltidsenheten strävar efter att kontinuerligt öka andelen ekologiska råvaror samt att välja råvaror efter säsong. Svinmätningar genomförs regelbundet och ett aktivt arbete sker för att minska matsvinnets miljöpåverkan. Källsortering sker i samtliga av Måltidsenhetens kök.

SÄKRA MÅLTIDER – LIVSMEDELSHYGIEN OCH HYGIEN I KÖKET

Den som serverar mat åt andra har enligt lag ansvar för att se till att maten är säker. Måltidsenheten har ett egenkontrollprogram (enligt HACCP) med rutiner för hur risker ska hanteras, förebyggas och åtgärdas, samt hur detta ska dokumenteras. Personalen i köken genomgår varje år utbildning i livsmedelshygien. Alla som

arbetar i köket ska vara friska och ha kläder som är lämpliga för arbetsuppgiften. Samtliga kök i Måltidsenheten är registrerade och kontrolleras av miljöenheten.

LIVSMEDELSUPPHANDLING

Livsmedelsupphandlingar säkerställer Måltidsenhetens behov av livsmedel med god kvalitet till rätt pris. Sala kommuns upphandlingspolicy säger att beställaren ska nyttja det utrymme som lagstiftningen ger att styra inköpen mot de mål de förtroendevalda fastslår vilket Måltidsenheten strävar efter att göra då det gäller lokalt producerade livsmedel. Måltidsenheten använder sig av Upphandlingsmyndighetens miljö- och djurskyddskrav i upphandlingsarbetet för att kunna välja råvaror med bättre miljönytta.