

2017-02-17

# KOSTPOLICY

Antagen av kommunfullmäktige den 2017-02-13

Mat och miljö - policy för måltidsverksamheten i  
Hallsbergs kommun

<b>Innehållsförteckning</b>	<u>Sida</u>
<b>Inledning</b>	3
Utgångspunkter	3
Vision	3
Syfte	3
<b>Mål</b>	<b>4</b>
Definitioner	4
Hälsa	4
<b>Måltidsmodellen</b>	<b>5</b>
Måltiden är viktig	5
Skolans möjlighet	5
Barns måltidsvanor/ Måltidskvalitet och matglädje	5
<b>Riktlinjer för skola, förskola och fritidshem</b>	<b>9</b>
Måltidsordning	9
<b>Ansvarsfördelning</b>	<b>9</b>
Måltidsavdelningen	9
Bildningsförvaltningen	9
Rektor/ verksamhetsansvarig	9
<b>Riktlinjer för vård och omsorg</b>	<b>10</b>
Matlådor	<b>10</b>
<b>Måltidsordning</b>	<b>11</b>
Social- och arbetsmarknadsförvaltningen	11
Verksamhetschef	11
<b>Genomförande</b>	<b>12</b>

## **Inledning**

I Hallsbergs kommun är maten alltid viktig. Mat tillhör livets glädjeämnen och angår oss alla, den har stor betydelse ur många aspekter. Den är helt nödvändig, i rätt mängd och med rätt sammansättning, för att vi ska må bra och kunna prestera i förskola, skola och i arbetslivet. Maten är dessutom viktig för att nå god livskvalitet och goda resultat inom vård och omsorg. Att äta tillsammans har en stark pedagogisk, social och kulturell funktion. I vår kommun vill vi erbjuda gästerna lustfyllda måltider som ger hälsa och hållbar utveckling.

Det medför att produktion och konsumtion av matpåverkan både på klimatet och på miljön i landskapet. Genom medvetna val kan vi påverka alla dessa aspekter i en positiv riktning.

Policyn är ett långsiktigt inriktningsdokument vars mål är styrande för alla berörda verksamheter i Hallsbergs kommun. Policyn revideras vart fjärde år.

## **Utgångspunkt**

Det kostpolitiska programmet utgår ifrån Hallsbergs kommuns styrsystem som antogs av kommunfullmäktige i juni 2014 om vision och de övergripande målen.

## **Vision**

- Alla matgäster, äldre som yngre, ska i en lugn, integrerad och trevlig miljö erbjudas god, sund och säker mat och hållbar på sikt för både jämlik hälsa och miljö.

## **Syfte**

- Policyn ska vara ett instrument för koststrategiskt beslut gällande kost- och livsmedelsfrågor i kommunen.
- Bidra till att kommunikation, samverkan och medvetenhet inom området ska öka. Stärka matens betydelse i Hallsbergs kommuns egna verksamheter och bidra till en hållbar kommun.
- Policyn ska vara verktyg för kvalitetssäkring för de i Hallsbergs kommun som tillagar, hanterar och serverar mat och dryck eller möter matgäster i sitt arbete.
- En grund för politiska beslut som syftar till att skapa stödjande miljöer och en gemensam samsyn och ett helhetsperspektiv i kommuns verksamheter.

## Mål

### Definitioner

Det finns några olika vedertagna definitioner av ”hållbar utveckling” en utveckling som tillfredsställer dagens behov utan att äventyra kommande generationers möjligheter att tillfredsställa sina behov. ”Hållbar utveckling” är inte ett svar utan en dialog och process som kräver arbete, kompromisser och en vilja till förändring" (Robert W. Kates 2005).

Kommunfullmäktige beslutade 2015-12-14 om mål och indikatorer inom kommunens strategiska områden, som i sin tur ska leda till att de politiska prioriteringarna för mandatperioden förverkligas. Följande indikatorer, inom det strategiska området Hållbar kommun har koppling till kosten:

- Andelen ekologiska och/eller närproducerade livsmedel som används ska öka till 40 % senast år 2020.
- Matsvinnet ska minska med 5 % årligen vid kommunens serveringar.

Måltidsmodellen är inriktad till skolan idag för att det finns lagkrav på skolans måltider och på måltidsmiljön enligt skolverket. Måltidsmodellen är användbar för alla offentliga måltider inom vård, skola och omsorg. Att måltiden är god och trivsamt är viktigt för att maten ska hamna i magen och att det kommer matgästen till godo. En bra måltid ska också vara näringsriktig och säker att äta. Dessutom ska måltiden vara miljömässigt och socialt hållbar. Den ska även vara integrerad. Det menas att måltiden tas tillvara som en resurs i verksamheten, exempelvis i den pedagogiska verksamheten eller i omvårdnaden.

Måltidsmodellen kan användas som ett verktyg i arbetet med att utveckla de offentliga måltiderna. I samband med upphandling kan måltidsmodellen användas som stöd för de som planerar och tar fram upphandlingsunderlag.

Modellen har utvecklats utifrån tidigare teoretiska modeller för måltidskvalitet såsom Five Aspects Meal Model (FAMM). Även praktiska erfarenheter har vägts in. I en god ekonomi, god folkhälsa och en livskraftig miljö är faktorerna en förutsättning för en hållbar utveckling. Detta möjliggörs genom att följa "måltidsmodellen" som förenar hälsa, miljö och att måltiden blir integrerad. Måltidsmodellen bygger på de svenska näringsrekommendationerna i kombination med den nya skollagen och livsmedelslagstiftningen.

### Hälsa

Många av vår tids folkhälsoproblem har samband med maten. Fördelningen av måltiderna och måltidernas näringskvalitet och energiinnehåll är av stor betydelse såväl inom förskola och skola som inom äldreomsorg. Den är av stor betydelse för att förebygga undernäring, speciellt vid tugg- och sväljsvårigheter. Ett dåligt näringstillstånd gör att risken för sjukdomar ökar. En bra sammansatt måltid för alla barn i skola och förskola ger goda förutsättningar för inläring. En god måltid är ofta dagens höjdpunkt inom vård och omsorg. Matens stora betydelse bör vägas in så att maten värdesätts och tillräckliga resurser avsätts för att hålla en hög och säker matkvalitet.

## Måltidsmodellen



### Måltiden är viktig

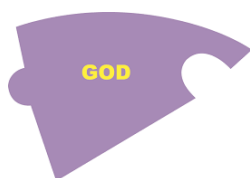
Måltidernas utformning och innehåll har betydelse inte bara för hälsan och bra matvanor, utan är också en förutsättning för trivsel och lärande. En bra skollunch ger mätta elever vilket gynnar koncentrationen, inlärningen och en god stämning på skolan.

### Skolans möjlighet

Skolan har enastående möjligheter att på ett positivt och naturligt sätt främja en hälsosam livsstil med bra matvanor hos elever i alla åldrar, från förskoleklass till gymnasiet. Hem och familj har naturligtvis det grundläggande ansvaret, men eftersom de flesta elever äter många av sina måltider utanför hemmet påverkas deras matvanor även av andra.

### Barns matvanor/måltidskvalitet och matglädje

Många elever äter alldeles för lite till skollunch. För att alla elever ska äta en portion skollunch varje dag krävs det att måltiden är bra på flera olika sätt. Det är en fördel om skolan har en gemensam bild av vad en bra måltid är. Som stöd för detta arbete finns en modell i form av ett pussel. Modellen består av sex olika områden, som alla är viktiga för att matgästen ska må bra av maten och känna matglädje. Med integrerad menas att måltiden kan vara en resurs i den pedagogiska verksamheten och är en integrerad del en av skoldagen.



Personalen i skolköken bör ha någon form av restaurang eller storköksutbildning på lägst gymnasienivå. Kockar och måltidsbiträden bör kontinuerligt erbjudande fortbildning.

Skolrestauranger väljer livsmedel av god kvalitet och erbjuder en eller flera rätter varje dag.

Matgästernas synpunkter och idéer ska tas tillvara. Elevernas nyfikenhet väcks genom att de får prova på nya smaker och maträtter utan tvång. Sinnet lockas med doft, färg och vackra serveringar.



Det finns en samsyn på skolan om vad en pedagogisk måltid är och vilken roll de vuxna har vid måltiden.

Eleverna har inflytande i måltidsverksamheten.

Måltiden utformas som en trygg mötesplats och ger tillfälle för samvaro och samtal mellan vuxna och elever. Kompetensen hos personalen i skolrestaurangen tas tillvara, exempelvis genom att medverka på lektionstid inom områden mat, hälsa och miljö.



Det ska finnas ett respektfullt bemötande bland matgäster och personal i skolresturanger.

Skollunchen schemaläggs så att:

- Lunchen serveras mellan kl. 11.00 – kl. 13.00
- Alla elever har ca 20 min att äta (utöver tid att ta mat och lämna disk)
- Kötiden hålls kort
- Ljudnivån i skolresturanger är så låg som möjligt
- Skolresturangen har genomtänkt logistik så att matgästerna som sitter och äter inte störs av köer och spring.

Måltidsmiljön blir lugnare om vuxna äter tillsammans med eleverna. Blyga och ensamma elever kan känna sig tryggare och stökiga elever blir ofta lugnare. Det ska vara rena och fräscha lokaler. Lokalen ska vara smyckad och bidrar till matlust och trivsel. Med växter, skärmar och belysning kan skolresturangen avgränsas och kännas lite mysigare. Ljudmiljön påverkar också måltidsupplevelsen. Om det finns tillräckligt med sittplatser kan alla elever sitta kvar så länge de behöver för att äta.



Det finns en delegationsordning där det tydligt framgår vem som har ansvar för att lagstiftningen kring livsmedels säkerhet efterlevs. Köket har rutiner för hur det ska hanteras, förebyggas och åtgärdas, samt hur detta ska dokumenteras. Det finns tydlig information om maträtternas innehåll vid servering. Personalen i köket har kompetens inom livsmedelssäkerhet. All nyanställd personal utbildas i systemet för den egna kontrollen. Vid

eventuella tillbud (en matgäst blir sjuk eller får mat den inte tål) görs en rapportering, översyn av rutiner och vid behov justeras rutinerna. Köket har särskilda rutiner för att elever med allergi och överkänslighet inte ska bli sjuka av maten.



Skolrestaurangen arbetar på ett sätt som gör att matsvinnet i köket, vid servering och vid tallriksmodellen blir så litet som möjligt.

Skolan strävar efter att hålla nere köttkonsumtionen och främja intaget av grönsaker, baljväxter, frukt och spannmål. Källsortera avfall, välj livsmedel som har så lite miljöpåverkan som möjligt, minimera energianvändningen i köket.

#### Miljösmart menyplanering

Bra livsmedelsval kan minska skolmåltidernas belastning på miljön. Livsmedelsverket har tagit fram information om hur man kan göra miljösmarta matval:

- Ät mindre rött kött och chark, inte mer än 500 gram i veckan. Det är bra att äta minst 500 gram om dagen av vegetabilier.
- Välj kött som har så lite negativ påverkan på miljön som möjligt. Olika typer av kött påverkar miljön olika mycket och på olika sätt.
- Fisken uppfyller MSC- eller Krav märkning. Servera olika sorters fisk då minskar trycket på några få arter.
- Välj inte livsmedel som är besprutade så mycket eller inte alls, till exempel ekologiska alternativ.
- Att använda grönsaker som tål att lagras kan minska svinnet.
- Välj matfetter med hög andel vegetabiliska oljor. Exempelvis orsakar raps och olivolja mindre utsläpp av växthusgaser än smör. Undvik palmolja som ofta odlas på marker som har varit regnskogar vilket påverkar både klimat och växter-och djurliv negativt. Det finns i dag en del certifierade oljepalmsodlingar där odlingen sker på ett mera hållbart sätt, men de är fortfarande få.
- Ris påverkar miljön mer än spannmål och potatis på grund av höga växthusgasutsläpp vid odling. välj i första hand potatis, eller spannmålsbaserade livsmedel, servera ris mer sällan eller ris ifrån Italien.



Varje dag serveras en komplett skolmåltid med:

- En eller gärna flera lagade rätter, med fördel ett vegetariskt alternativ som alla får ta del av
- Salladsbord med minst fem olika komponenter
- Bröd och smörgåsfett
- Mjök och vatten

De lagade rätterna planeras och presenteras för matgäster enligt tallriksmodellen. Köket kan visa att maten som serveras är näringsriktig genom att antingen visa att man följer en näringsberäknad meny, och/eller har en aktuell skolmatsverige-rapport.

Skolan följer regelbundet upp hur många som kommer till skolresturangen och hur många som äter en hel portion på skollunchen. Inga söta drycker (saft, måltidsdryck, läsk, energidryck, serveras på skolan) varken bakverk, glass eller godis tillhandhålls av skolan. Om en meny näringsberäknas centralt tas den fram i nära samverkan med dem som ska laga maten.



## Riktlinjer för skola, förskola och fritidshem

Livsmedelsverkets [www.slv.se](http://www.slv.se) "Råd för bra mat i förskolan" och "Råd för bra mat i skolan" ligger till grund för planering och måltidsverksamhet inom skolor, förskolor och fritidshem. Näringsrekommendationerna utgår från att barn har olika behov av energi och näring i olika åldrar. Barn ska steg för steg börja äta "vuxen mat" och de ska lära sig vad som ingår i olika typer av måltider, det innebär att inom barnomsorgen ska samma mat serveras till alla.

### Måltidsordning

Skolmåltiden ska ge 25 – 30 % av dagsbehovet. Förskolor och fritidshem ska vid heltidsplacering, ge barnen 70 % av dagens behov av energi och näringsämnen. Måltidsordningen förutsätter att hemmet kompletterar med minst en måltid, som motsvarar kvällsmål/middag och mellanmål.

Salladsbuffén vid skolorna ska innehålla minst fem olika sorters grönsaker/grönsaksblandningar eller frukt, två med inriktning på C-vitamin och två med inriktning på kostfiber, samt vara årstidsanpassad. Förskolorna ska erbjudas två sorters sallad och oftare kokta grönsaker. Vid mellanmålet ligger tonvikten på grovt bröd, mjölk/mjölkprodukter och frukt/grönsak/bär.

### Ansvarsfördelning

**Måltidsavdelningen** har ansvar för kommunens strategi gällande kostverksamheten.

**Måltidsavdelningen** är livsmedelsföretagare i livsmedelslagens mening för tillagningskök och mottagningskök, som drivs av måltidsavdelningen. Kostchefen tillsammans med koststrateg ansvarar för planering av måltiderna, livsmedelsupphandling, matsedlar, matproduktion, tillagningskök och mottagningskök inom måltidsavdelningen och att maten motsvarar de nationella kvalitetskraven avseende näringsinnehåll Nordiska Näringsrekommendationerna. Kostchefen ansvarar också för att produktionen överensstämmer med produktansvarslagen och tillsammans med mottagande enheter, att uppföljning och utvärdering sker, samt att ge vägledning vid val av mat.

**Bildningsförvaltningen** är livsmedelsföretagare för förskolor med mottagningskök och fritidshem.

**Rektor/ verksamhetsansvarig** har övergripande ansvar för att arbetet på skolan/förskolan samordnas mot uppsatta mål, inklusive det hälsofrämjande perspektivet, och ansvarar för att system för egenkontroll finns inom mottagningsförskolor och fritidsverksamhet. Rektor/ verksamhetsansvarig ansvarar för att de kompletterande måltiderna, frukost och mellanmål, inom förskolor och fritidshem, följer de nationella riktlinjerna. Samt för att lunchtider och pedagogiska måltider planeras på ett sådant sätt att Hallsbergs kommuns policy för mat kan uppfyllas.

Läraren och förskoleläraren ansvarar för att främja bra matvanor. För att lagen om näringsriktig mat till barnen ska kunna uppfyllas krävs att förskola och skola lär barnen att äta rätt och enligt tallriksmodellen.

Skolhälsovården är en nödvändig resurs i skolans hälsoarbete, som har ansvar som kunskapsförmedlare, samt för att bidra till att utveckla och följa upp skolans hälsopolicy och

kommunicera direkt med både barn, skolans personal och föräldrar. Skolhälsovården ansvarar också för att köken får riktiga och aktuella intyg för elever som behöver specialkost.

Vid förskolan ansvarar barnomsorgspersonal tillsammans med förälder och kökspersonal (skrivs under av förälder) för att köket får intyg gällande specialkosten d.v.s. om intyg inte redan finns från läkare, dietist eller barnavård. Uppdatering av läkarintyg sker vid varje nytt läsår. Skolkafeterian ansvarar för att föregå med gott exempel i sin verksamhet samt främja en sund livsstil. Exempel på bra mat i skolans kafeteria:

- Smörgåsar med pålägg
- Mjölk, yoghurt och fil
- Flingor, mysli
- Grönsaker t ex bitar som snacks
- Frukt, ibland fruktsallad

## **Riktlinjer för vård och omsorg**

Kommunen ska följa de nationella riktlinjerna "Råd om bra mat i äldreomsorgen" [www.slv.se](http://www.slv.se) och "Mat och näring för sjuka inom vård och omsorg" som Livsmedelsverket ger ut, samt de kompletterande riktlinjer som socialnämnden beslutat om.

### **Matlådor**

En matlåda motsvarar en av dagens måltider och behöver alltså kompletteras med ytterligare ett mål lagad mat, frukost och flera mellanmål för att den äldre ska få i sig hela dagens behov av energi och näringsämnen. Det är viktigt att tillverkaren av matlådan säkerställer måltidens näringsinnehåll genom att lämna information om lämpliga tillbehör och mängder i anslutning till att maten levereras, exempelvis till den äldre, anställda inom hemtjänsten eller vid behov till anhöriga. En fördel med att ta matlåda från storkök är att det ger möjlighet att erbjuda vissa rätter som annars skulle ta för lång tid att laga för hemtjänsten. Matlådor som ska sparas och ätas nästa dag eller ännu senare behöver dessutom märkas med andra uppgifter, som

- Beskrivande beteckning
- Ingrediensförteckning
- Nettokvantitet
- Hållbarhet (bäst före- dag eller sista förbrukningsdag)
- Eventuellt anvisningar för förvaring eller tillagning

## Måltidsordning

Allmän kost för sjuka (A-kost) är grundkost inom vård och omsorg. För matgäster med heldags omsorg erbjuds tre huvudmål och tre mellanmål per dag. Mellanmålen bör stå för 30–40 procent av dagens intag av energi och näringsämnen och om man hoppar över ett eller flera mellanmål ökar risken för undernäring.

En dagportion inom vård och omsorg innehåller:

*Frukost:* gröt/välling/fil/yoghurt, kokt ägg, hårt och mjukt bröd, bordsmargarin, två sorters pålägg, mjölk, kaffe/te/juice, sylt/marmelad

*Mellanmål:* kaffe/te, frukt- eller bärdryck/yoghurt/fil/(Innehållet anpassas till om mellanmålet serveras före eller efter frukost)

*Lunch:* potatis/ris/spannmål, grönsaker/rotfrukter, kött/fisk/fågel/ägg/grönsaksrätter, bröd, bordsmargarin, måltidsdryck (vatten/frukt- eller bärdryck/lättöl/ mineralvatten/ mjölk).

*Mellanmål:* kaffe/te, frukt- eller bärdryck/yoghurt/fil/skorpa/frukt/glass/frukt- eller nyponsoppa.

*Kvällsmat:* varmrätt lättare variation, hårt bröd, bordsmargarin, måltidsdryck.

*Mellanmål:* kaffe/te, frukt- eller bärdryck/yoghurt/fil/

Dagens första mellanmål kan serveras mellan frukost och middag eller före frukost.

Nattfastan ska inte överstiga 11 timmar.

**Social- och arbetsmarknadsförvaltningen** är livsmedelsföretagare för mottagningskök inom dessa område.

Kostbehandling kan vara en medicinsk åtgärd och omfattas då av Hälso- och sjukvårdslagen eller: den kan betraktas som omvårdnadsåtgärd och omfattas då av Socialtjänstlagen.

Socialstyrelsens föreskrifter och allmänna råd om informationsöverföring och samordnad vårdplanering gäller även nutrition (mat, näring).

**Verksamhetschef** är kvalitetsansvarig, och ansvarar för att system för egenkontroll finns.

Socialstyrelsens föreskrifter (SOSFS 2014:10) om förebyggande av och behandling vid undernäring ställer krav på rutiner för att förebygga, upptäcka och behandla undernäring. Undernäring är många gånger ett dolt problem som kräver att vården och omsorgen arbetar systematiskt utifrån rutiner för att problemet ska uppmärksammas. Med tydliga rutiner i vård och omsorg kan onödigt lidande och dödsfall till följd av undernäring undvikas. Varje verksamhet behöver analysera vilka rutiner som behövs i just deras verksamhet för att man ska kunna förebygga, upptäcka och behandla undernäring.

Föreskriften gäller dem som bedriver verksamhet som omfattas av hälso- och sjukvårdslagen (1982:763) och av dem som bedriver verksamhet med hemtjänst i ordinärt boende och verksamhet i särskilda boendeformer enligt 5 kap. 5 § och 7 § socialtjänstlagen (2001:453); dvs. särskilda boendeformer för service och omvårdnad för äldre och bostäder med särskild service för 12

personer med funktionshinder. Föreskrifterna ska även tillämpas av dem som genomför insatsen bostad med särskild service för barn och bostad med särskild service för vuxna enligt 9 § 8 och 9 LSS.

Medicinskt ansvarig sjuksköterska ansvarar för att upprätta rutiner för bedömning, behandling och uppföljning av undernäringstillstånd och verksamheten ansvarar för beställning av mat från kostverksamheten i förhållande till de föreskrifter och rutiner som finns inom området.

Vårdpersonalen tillför patienten mat och vätska, rapporterar avvikelser, och utför medicinska eller specifika nutritionsuppgifter. Vårdpersonalen beställer mat och tar över ansvaret för maten i samband med avhämtning från köket. Vårdpersonalen ansvarar även för att rätt kost serveras till enskilda vårdtagare, samt att måltiden serveras på ett aptitligt sätt. Det är också vårdpersonalen som ska hålla kontakt med köket angående mängden mat.

## **Genomförande**

För att policyn ska kunna genomföras och målen nås krävs ett engagemang i hela kommunens organisation. Det ställer också höga krav på dialog, kommunikation och utbildning.

Utbildning framförallt för måltidspersonalen, men också för skol-och förskolepersonal och personal inom vård och omsorg.

Hela Hallsbergs kommuns organisationer/verksamheter har ett gemensamt ansvar för att policyn för hållbar utveckling och mat blir verklighet.

Bilaga 1) Tallriksmodellen

Bilaga 1 )



Tallrik för den som rör sig enligt rekommendationerna



Tallrik för den som rör sig lite