

Beslutad av: Bildningsnämnden
Datum: 2019-12-17
Reviderad:
Dokumentet gäller för: Bildningsförvaltningen
Dokumentansvarig: Bildningsnämnden
Ärendenummer: 19/BIN/225

Riktlinjer Förskola och fritidshem tillhörande kostpolicy Hallsbergs kommun 2019-2023



HALLSBERGS
KOMMUN

Innehåll

1	Riktlinjer	3
1.1	Riktlinjer hållbar	3
1.2	Riktlinjer hälsosam	3
1.3	Riktlinjer måltidsupplevelse	4
1.4	Riktlinjer säker	4
2	Genomförande	5
2.1	Utbildning och fortbildning	5
2.2	Bildningsförvaltningen	5
2.3	Måltidsavdelningen	5
3	Rutiner för måltider	6
3.1	Frukost	6
3.2	Mellanmål	6
3.3	Lunch	7

1 Riktlinjer

1.1 Riktlinjer hållbar

- Vi ökar ständigt andelen livsmedel som är producerade enligt svenska regelverk.
- Vi strävar efter att öka andelen närproducerade och ekologiska livsmedel.
- Alla enheter strävar efter att hålla nere köttkonsumtionen och främja intaget av grönsaker, baljväxter, frukt och spannmål.
- Utöver lunchen är frukost, mellanmål och tillbehör klimat- och säsongsanpassade.
- En vegetarisk måltid eller ett vegetariskt mellanmål bör med fördel erbjudas varje dag.
- Personal som hanterar livsmedel och måltider bör erbjudas information och fortbildning inom hållbar mat.
- Rutiner ska finnas för närvarorapportering till köken.
- Alla som hanterar livsmedel källsorterar sitt avfall och väljer livsmedel som har så lite miljöpåverkan som möjligt samt minimerar energianvändningen i köket.
- Alla enheter arbetar på ett sätt som gör att matsvinnet i köket och vid servering blir så litet som möjligt.
- Svinmätningar genomförs på alla verksamheter två gånger per år i tvåveckorsperioder. Matsvinnet beräknas genom att väga och dokumentera tallriks- och tillagningssvinn.
- Tallriksräkning sker under svinmätningar för att få en bild över antalet ätande.

1.2 Riktlinjer hälsosam

- Förskolans måltider bör användas som pedagogiskt verktyg kring en hållbar och hälsosam livsstil.

- Tallriksmodellen bör användas pedagogiskt för att visa barn och elever en bra fördelning mellan mat från växtriket och protein, vilket är bra för både hälsan och för miljön.
- Personal som hanterar livsmedel och måltider bör erbjudas kontinuerlig fortbildning inom hälsosam mat.

1.3 Riktlinjer måltidsupplevelse

- Bemötandet bland barn/personal och personal i matsal/restaurang är respektfullt.
- Tydliga trivselregler för måltiden finns utarbetade tillsammans med barnen.
- Ljudnivån hålls låg med hjälp av ljuddämpande åtgärder.
- Organisation av måltiden görs så att köer minimeras och därmed främjar en lugn miljö.
- Måltidsmiljön bidrar till matglädje och att barn/personal trivs och utformas i samarbete med barn/personal.
- Det finns rutiner för återkoppling av barn/personal synpunkter på måltidsupplevelsen.

1.4 Riktlinjer säker

- För rutiner kring specialkost och anpassad kost se Hallsbergs kommuns hemsida.
- Alla som hanterar maten under frukost, lunch och mellanmål ska kunna ge information om maträtternas innehåll till barnen.
- Personal som hanterar livsmedel har kompetens inom livsmedelssäkerhet och rutin för egenkontroll.
- Personal som hanterar livsmedel och måltider bör erbjudas kontinuerlig fortbildning inom säker mat och specialkost.

2 Genomförande

Alla verksamheter i Hallsbergs kommun har ett gemensamt ansvar för att kostpolicy med tillhörande riktlinjer efterlevs. Det förutsätter dialog och samverkan mellan berörda förvaltningar.

Kommunen bör följa de gällande nationella riktlinjerna från Livsmedelsverket

- Bra måltider i förskolan
- Bra måltider i skolan

2.1 Utbildning och fortbildning

Kockar och måltidsbiträden erbjuds kontinuerligt fortbildning.

2.2 Bildningsförvaltningen

Bildningsförvaltningen är livsmedelsföretagare för skolor och förskolor med mottagningskök och fritidshem. Förvaltningen är kund och beställare av måltid utifrån beslutad ekonomi.

2.3 Måltidsavdelningen

Avdelningen ansvarar för kommunens strategi gällande kostverksamheten och är livsmedelsföretagare i livsmedelslagens mening för tillagningskök och mottagningskök. Kostchef tillsammans med koststrateg ansvarar för planering av måltiderna, livsmedelsupphandling, matsedlar, matproduktion, tillagningskök och mottagningskök inom måltidsavdelningen utifrån kundens beställning och beslutad ekonomi. 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.

Alla skolor följer en matsedel där samtliga recept och maträtter är näringsberäknade.

3 Rutiner för måltider

Tillsammans bör frukost, lunch och mellanmål i förskolan stå för cirka 70 % av dagsbehovet. Vid val av livsmedel väljs företrädesvis nyckelhålsmärkta produkter. Mejeriprodukter bör också vara magra, osötade och D-vitaminberikade. En bra måltid består av mycket grönsaker, frukt, bär, frön, fullkorn och mindre rött kött, charkprodukter, salt och socker.

3.1 Frukost

Frukostbasen består av

- mjölk, naturell fil/naturell yoghurt
- havrefras/rågfräs/cornflakes/müsli
- färsk frukt och grönsaker
- mjukt bröd
- knäckebröd
- pålägg
- smörgåsfett
- gröt

Tillbehör för att variera frukosten till exempel

- bär/frukt efter säsong
- torkad frukt
- ägg
- kanel, kardemumma

3.2 Mellanmål

Grunden är att mellanmålet inte ska ersätta eller störa aptiten inför nästa måltid. Ett exempel på bra mellanmål är en till två smörgåsar med pålägg, ett glas mjölk och en frukt.

Mellanmålsbasen består av

- mjölk
- färsk frukt och grönsaker
- mjukt bröd
- knäckebröd
- två sorters pålägg
- smörgåsfett

Mellanmålet kan varieras med

- naturell fil/naturell yoghurt
- havrefras/rågfräs/cornflakes/müsli

- smoothies (gjord på mjölk eller naturell fil/naturell yoghurt + bär/frukt/grönsaker)
- fruktsallad
- grönsaksdipp

3.3 Lunch

Tallriksmodellen är utgångspunkt vid servering av lunch. Alla förskolor och skolor följer en matsedel där samtliga recept och maträtter är näringsberäknade. Maten lagas på råvaror av god kvalitet.

- En lagad rätt, varierat husmanskost och vegetariska rätter
- Salladsbord med minst en - två olika komponenter
- Bröd och smörgåsfett
- Mjök och vatten
- Söta drycker (saft, måltidsdryck, läsk) erbjuds i regel inte. Vid speciella tillfällen kan undantag ske.
- Bakverk, glass eller godis erbjuds i regel inte. Vid speciella tillfällen kan undantag ske.