

Kostpolitiskt program

Maten i Skellefteå kommun

Unga och gamla äter dagligen måltider inom förskola, skola och äldreomsorg. Maten berör och engagerar. Den kan påverka skolresultat, lägga grunden för goda matvanor och främja hälsa. Mätta och nöjda matgäster bidrar till att Skellefteå är en attraktiv kommun att leva och bo i.

Alla matgäster ska vara trygga med att maten är säker och näringsriktig. Att följa livsmedelslagen, socialtjänstlagen, hälso- och sjukvårdslagen samt Livsmedelsverkets nationella råd för bra mat i förskola, skola och äldreomsorg är en självklarhet. Möjlighet att påverka och göra individuella val påverkar gästnöjdheten. Kompletteringar till råden kan därför förekomma.

Syfte

Syfte med det kostpolitiska programmet är att kvalitetssäkra måltider som serveras inom förskola, skola, fritidsverksamhet och äldreomsorg. Dagbarnvårdare, föräldrakooperativ, privata skolor samt socialkontorets avdelning för stöd och service för personer med funktionsnedsättningar bör använda det kostpolitiska programmet som en vägledning.

Det kostpolitiska programmet revideras vart fjärde år inför varje mandatperiod. Den referensgrupp som är vald av nämnderna ska kunna sammankallas under mandatperioden för löpande uppföljning av programmet. Sammanställande är nämnden för support och lokaler.

Uppföljning och redovisning genomförs årligen på uppdrag av politiker.

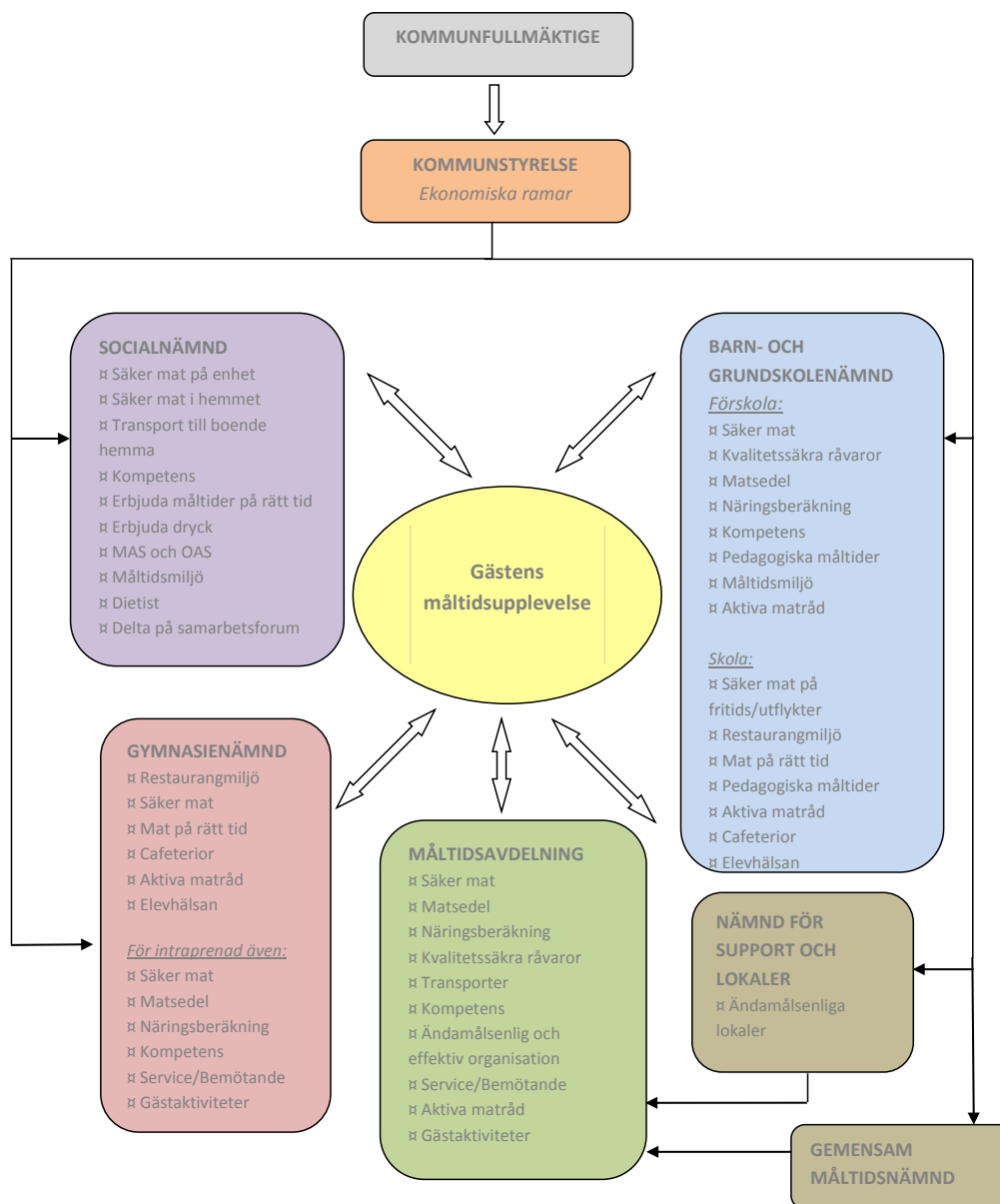
Måltiden – mer än maten på tallriken

För att en matgäst ska bli nöjd behövs mera än maten på tallriken. Det är en hel måltidsupplevelse som handlar om:

- **Rummet** som maten serveras i skapar trivsam miljö genom inredning, färg, ljud och ljus.
- **Mötet** mellan gäster och mellan gäst/personal skapar relationer och ger möjlighet att påverka.
- **Produkten** – hur mat och dryck kombineras och presenteras påverkar gästens förväntan och därmed hur förväntan uppfylls.
- **Styrsystemet** – livsmedelslag, hygien, ekonomi, logistik, organisation, utrustning, ledarskap, kommunikation, marknadsföring och kompetens är inte alltid synliga för gästen men påverkar ändå upplevelsen.
- **Stämningen** – helheten där våra fem sinnen samverkar ger den slutliga upplevelsen.

Ansvar för matgästens måltidsupplevelse

Respektive verksamhet har ansvar för att matgästen får en positiv måltidsupplevelse. Tillsammans sätter vi matgästen i fokus.



Vision

Kostpolitiska programmets vision är *Norrlands bästa måltidsupplevelse – med matgästen i fokus*. Matens ursprung och påverkan på hälsa och livsmiljö är viktig.

Ansvariga nämnder och verksamheter sätter mål och tar fram aktiviteter som styr mot visionen.

Kommunikation

Kunskap om maten som serveras väcker engagemang. I allt från råvaror till hur den presenteras i restaurang och måltidsmiljö. God kommunikation mellan politiker och förvaltningar, matgäster, närstående och personal ger nöjdare matgäster och skapar goda matvanor. Genom att kommunicera matens mervärde skapas också positiva attityder till den kommunala måltiden.

Så tillagas maten

Gästernas behov, organisationens möjligheter samt kökens utrustning och standard påverkar hur maten tillagas. Här följer en presentation:

Förskola

Enligt politiskt beslut ska tillagningskök prioriteras så långt det är möjligt. Det innebär att kocken lagar och serverar dagens samtliga måltider, vilket ger kocken ett stort ansvar för säkerhet och matglädje. På ett antal förskolor tillagas tillbehör som sallad, potatis och pasta medan huvudrätten levereras från närliggande kök.

Skola

Från Jörnköket kommer en kyld huvudrätt till respektive skola. Maträtten blandas, kryddas och tillagas i skolrestaurangen så att den motsvarar gästernas önskemål. Allt för att maten ska vara så nytillagad som möjligt. På varje skolrestaurang tillagas potatis, ris och pasta samt salladsbuffé och dressingar.

Skolrestaurangens personal har bäst kunskap om vad just deras elever tycker om och det ger nöjda matgäster. Produktionsköket i Jörn gör det möjligt att kvalitetssäkra råvarorna och laga maten från grunden. Därmed kan onödiga tillsatser undvikas så långt det är möjligt.

Äldreomsorg och Stöd och service för personer med funktionsnedsättningar

På boenden runt om i kommunen serveras mat som lagats i våra tillagningskök. På de boenden som inte har restaurang serveras maten av omsorgspersonal. Omsorgspersonal ansvarar även för att servera frukost och mellanmål. Personer som bor i eget boende har genom biståndsbeslut möjlighet till matdistribution av färdiglagad mat. Kyld mat från tillagningskök ger matgästen goda valmöjligheter. Stöd och service måltider anpassas helt utifrån matgästens behov.

Säker mat

Allergi mot nötter, inklusive mandel, jordnötter och sesamfrö kan ge svåra allergiska reaktioner även vid luftsmitta. Dessa ska därför inte hanteras och serveras inom kök i förskola, skola och gymnasium.

I förskolan hanteras personalens medhavda mat säkert utifrån allergier och på ett pedagogiskt vis. I skolans restaurang äts endast mat som erbjuds av skolans kök. Personal som äter egen medhavd lunch gör det skiljt i tid från eleverna.

Specialkost erbjuds till matgäster som av medicinska skäl inte kan äta den ordinarie maten. Måltidsavdelningen erbjuder även fläsk- och blodfri kost samt vegetariskt alternativ. Specialkost ska näringsmässigt motsvara ordinarie maträtt.

Maten och miljön

Svinn från tillagning av mat och från tallrikar har stor miljöpåverkan. Det är därför viktigt med återkommande aktiviteter som minskar svinet.

Maten är ett betydelsefullt redskap i den pedagogiska vardagen för ökad miljömedvetenhet hos barn och elever. Det svinn som ändå kvarstår från tillagning och tallrikar används i kommunens biogasanläggning och blir bränsle i sopbilar, bussar och taxi.

Miljöpåverkan minimeras genom planering av leveranser och samtransporter. Vid planering av nya kök och upphandling av livsmedel ska hänsyn tas till miljöpåverkan via transport samt val och hantering av råvaror.

Kommunens övergripande miljömål ska följas.

Pedagogiska måltider i förskola och grundskola

Skellefteå kommun har valt att prioritera kostnaden för pedagogiska måltider. Syfte är att få bästa möjliga skola/förskola av den enkla anledningen att mätta barn lär bättre. Det finns politiskt beslut på vad arbetsuppgiften innebär och hur den bekostas, se bilaga 1.

Personal i behov av specialkost av medicinska skäl kan erbjudas mat som redan tillagas inom enheten. Om specialkost inte kan erbjudas kan förskolechef/skolledare och kock hänvisa till andra alternativ. Hantering av specialkost kostar tid och pengar som annars skulle ha gått till barnen.

Måltider i förskolan

Barn äter en stor del av sina måltider inom förskolans verksamhet. Det ger pedagogiska möjligheter och lägger grunden för goda vanor resten av livet.

Kommunikation

Barn lockas till att upptäcka nya smaker och konsistenser om måltiderna är lustfyllda. Genom bra dialog mellan kock, personal och tydlig kommunikation med föräldrar blir maten en viktig del av den pedagogiska verksamheten.

Måltider på rätt tid och i trivsamt miljö

Servera dagligen frukost, lunch och mellanmål samt fruktstund vid behov. Mindre barn (1-2 år) bör äta med 2-2½ timmes mellanrum. Större barn med 3-3½ timmes mellanrum. Regelbundna mattider gör att barn mår bäst och orkar mest. Förmiddagens fruktstund har stor betydelse för barnets ätande vid lunchen.

Vuxna ger lugn och ro kring måltiden. Det ökar möjligheten att barnen äter mat i rätt mängd och får en positiv känsla av måltiden.

Frukost och mellanmål

Frukost och mellanmål serveras med samma livsmedel som bas:

- Lättmjölk eller andra magra mejeriprodukter.
- Flingor, gryn till gröt eller smörgås med pålägg.
- Frukt, bär, grönsaker – gärna flera sorter.

Välj varierat mellan olika råvaror och sätt att servera på för bästa näring och smak. Inga söta alternativ som choklad, kräm m.m. bör erbjudas.

Lättmjölk och margarin – varför det?

Barn behöver fett i lagom mängd och av rätt kvalitet oberoende av vikt eller ålder. Livsmedelsverket rekommenderar lättmjölk och andra magra mejeriprodukter främst för att ge rätt sorts fett – inte för att minska mängden. Under förskoledagen bör barn få i sig 3,5 dl mejeriprodukter. Som måltidsdryck serveras ekologisk lättmjölk och vatten. På smörgås rekommenderas margarin av god fettkvalité och minst 70 % fetthalt. Det är grundutbudet på samtliga förskolor, samtidigt slår vi vakt om valfriheten och erbjuder dessutom gäster som önskar ekologisk mellanmjölk och exempelvis Norrgott.

Frukt och grönt till varje måltid

Grönsaker och rotfrukter smakar gott, ger färg på tallriken och bra mättnad. Upp till 4 år vänjer barnen sig vid grönsaker till varje måltid. Efter 4 år är rekommendationen ca 400 g per dag. Välj efter säsong och med variation. Servera minst tre grönsaker till lunch – gärna serverade utan att blandas.

Maten på tallriken

Maträtterna följer skolans matsedel så långt det är möjligt. Tallriksmodellen för barn är likadan som för vuxna men i mindre mängd. Barn 1-2 år får en extra tesked fett vid bordet.

Kalas och festliga tillfällen

Högtider och födelsedagar kan uppmärksammas med stjärna för en dag, dagens pyssling eller liknande aktiviteter. Firande med glass, tårta och liknande bör samlas till en gång i månaden. För att samordna och undvika allergiska reaktioner tar kocken ansvar för vad som serveras vid dessa tillfällen.

Barn i kök

Mat har stora pedagogiska möjligheter. Med goda rutiner i egenkontrollen, vuxen vägledning och anpassade arbetsuppgifter kan barn hjälpa till i kök. Välj efter vad som fungerar bäst i verksamheten.

Mat vid utflykt

Vid utflykter erbjuds barnen ordinarie mat eller andra alternativ så långt det är möjligt. Maten ska vara säker att äta. Eftersom det innebär andra risker än vardagsmaten ska rutiner för utflyktsmat finnas i egenkontrollen och möjlighet att sköta handhygien finnas.

Måltider i skolan

Skollunchen är en viktig del av pedagogiska verksamheten som kan lägga grunden för goda matvanor för resten av livet. Förutsättningar för att orka mera och prestera bättre ökar när eleverna äter skollunch och har tillgång till bra mellanmål. Sedan 2011 står i skollagen att maten ska vara näringsrik. I texten nedan omfattas även gymnasiet och skolornas fritidsverksamhet.

Elevpåverkan

Elever som kan påverka blir nöjdare matgäster. Genom aktiva matråd som en del av elevråden på varje skola finns möjlighet att möta elevernas egna önskemål så långt det är möjligt. Åsikter på maten kan även lämnas via appen *Mitt Skellefteå*. Ungdomsfullmäktige är också ett viktigt forum för dialog med eleverna.

Kommunikation

Skolmat väcker stort engagemang. Teamet på skolan d.v.s. elever, pedagoger, skolledare och kockar har möjlighet att tillsammans använda skollunchen som en del av den pedagogiska vardagen. Miljöpåverkan på vår livsmiljö på grund av val av livsmedel, transporter och svinn är goda exempel. Bra kommunikation inom teamet, inklusive föräldrar vid föräldramöten och skolråd förbättrar attityder kring skolmaten.

Måltider på rätt tid och i trivsamt miljö

Fler matgäster väljer att äta om maten serveras i en trivsamt miljö där köer och buller är minimerat. Det ska finnas tid att äta i lugn och ro och inte för tidigt i relation till skoldagens längd. Lunchen schemaläggs tidigast 11.00 och helst samma tid varje dag.

Frukost och mellanmål

Frukost och mellanmål består av samma livsmedel som bas:

- Lättmjölk eller andra magra mejeriprodukter.
- Flingor, gryn till gröt, smörgås med pålägg.
- Frukt, bär, och grönsak – gärna flera sorter.

Välj varierat mellan olika råvaror och sätt att servera på för bästa näring och smak. Inga söta alternativ som choklad, kräm m.m. bör erbjudas. Cafeterior på högstadiet bör erbjuda hälsosamma och säkra alternativ som är prismässigt lockande samt minimerar försäljning av kakor och bullar. Försäljning av godis, läsk och snacks bör inte förekomma inom skolornas lokaler. Öppettider konkurrerar inte med skolrestaurangens serveringstid.

Lättmjölk och margarin – varför det?

Barn behöver fett i lagom mängd och av bra kvalitet. Livsmedelsverket rekommenderar lättmjölk och andra magra mejeriprodukter främst för att ge rätt sorts fett – inte för att minska mängden. Som måltidsdryck serveras både ekologisk lättmjölk och vatten. På smörgås rekommenderas nyckelhålmärkt margarin. Det är grundutbudet på samtliga skolor, samtidigt slår vi vakt om valfriheten och kommer dessutom att erbjuda de gäster som önskar ekologisk mellanmjölk och exempelvis Norrgott.

Maten på tallriken

Varje dag serveras dagens skollunch med bröd och dryck. Det finns också salladsbord med säsongens grönsaker, minst fem skålar till största del utan att vara blandade. Inga söta drycker som saft, måltidsdryck serveras.

Under hösten 2014 startade arbetet med att kunna servera en alternativ rätt varje dag, matig sallad eller matig soppa beroende på elevernas önskemål via matrådet.

Mat vid utflykt

Vid friluftsdagar eller utflykter erbjuds eleverna ordinarie skollunch eller andra alternativ från på matsedel. Beställning ska göras 2 veckor före utflykt. Beställaren har också ansvar för att maten är säker. Om inte säker hantering är möjlig ersätts måltiden med frukt eller liknande. Väljer skolan andra rätter bekostas detta av skolledare.

Måltider inom äldreomsorgen och Stöd och service för personer med funktionsnedsättningar

Mat och måltider är oavsett ålder, sjukdom eller funktionsnedsättning en viktig faktor för en människas livskvalité. Måltiden är en aktivitet, upplevelse och social samvaro, den ska förebygga ohälsa och främja hälsa men kan även vara medicinsk behandling. Genom att all personal har kunskap, professionellt arbetssätt, utgår från nationella råd och riktlinjer samt fokuserar på mat, dryck och måltidsmiljö kan god hälsa främjas.

Stöd och service för personer med funktionsnedsättningar

Inom Stöd och service verksamhet finns individuella behov som påverkar matgästens måltidssituation. Vid planering av måltider kan det kostpolitiska programmet användas som en vägledning.

Kommunikation

Bra dialog mellan matgäst, personal och kock är en förutsättning för nöjda matgäster. Samarbetsforum med representanter från äldreomsorg och måltidsavdelning ska finnas.

Matgästens individuella val

Åldrande och sjukdom gör att risken för undernäring ökar. Genom att matgästen får göra individuella val så långt det är möjligt efter vanor, önskemål och behov kan undernäring förebyggas och livskvaliteten förbättras.

På äldreboende får den enskilde möjlighet att påverka var och när han/hon vill äta och dricka. Den som bor i eget boende kan ansöka om bistånd om han/hon har behov av sällskap/stöd vid måltiderna.

Delaktighet i kök

Mat har stora pedagogiska möjligheter. Med goda rutiner i egenkontroll och med anpassade arbetsuppgifter kan den äldre/funktionshindrade delta i köket. Välj efter vad som fungerar i verksamheten.

Måltider

Mat och dryck ska göra matgästen nöjd, mätt och välnärd. Det är viktigt att maten serveras på ett sätt som stimulerar matlusten.

Matgästerna erbjuds efter behov näringsberäknad mat samt konsistensanpassning och/eller specialkost.

Måltider på rätt tid och i en trivsamt miljö

Högtider och festliga tillfällen ska uppmärksammas.

Måltidsordning enligt nedan är grunden i verksamheten och anpassas efter individens behov.

Frukost	07.00 - 08.30
Mellanmål	09.30 - 10.30
Lunch	11.00 - 13.00
Mellanmål	14.00 - 15.00
Middag	17.00 - 18.30
Kvällsmål	20.00 - 21.00

Matgäster erbjuds måltider jämnt fördelat över dagen samt minst 3 mellanmål per dygn. Nattfasta ska inte överstiga 11 timmar. Personer som bor i eget boende kan söka bistånd om han/hon behöver stöd.

För många matgäster är måltiderna de viktigaste dagliga aktiviteterna. Måltidsmiljön ska förmedla matglädje och ge möjlighet till avkoppling och delaktighet.

Kostpolitiska programmet baseras på:

Livsmedelslagen
Socialtjänstlagen
Hälso- och sjukvårdslagen
Bra mat i förskolan
Bra mat i skolan
Bra mat i äldreomsorg

Referensgrupp för revidering av programmet:

Ann Åström (S)	Kommunstyrelsen
Andreas Löwenhök (M)	Kommunstyrelsen
Jan Lundgren (S)	Barn- och grundskolenämnden
Mari L Hedström (C)	Barn- och grundskolenämnden
Joakim Dahlgren (S)	Gymnasienämnden
Daniela D'Ángelo Wikström (MP)	Gymnasienämnden
Kenneth Fahlesson (S)	Socialnämnden
Anette Lindgren (M)	Socialnämnden
Tomas Teglund (S)	Nämnden för support och lokaler
Kristin Fungdal Öhman (MP)	Nämnden för support och lokaler
Peter Lundmark	Avdelningschef måltidsavdelningen
Gabriella Karlsson	Kostchef måltidsavdelningen