



Måltidspolicy

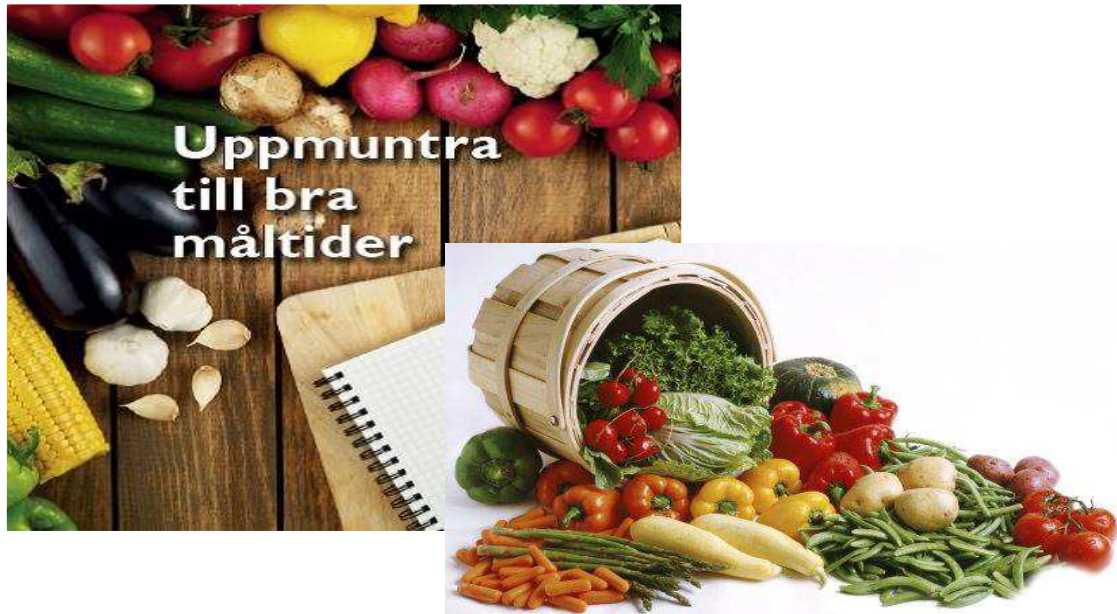
Kostenheten
Barn och utbildningsförvaltningen
Uddevalla kommun

12 juni 2014



Innehållsförteckning	sid
Inledning	3
Syfte med måltidspolicyn	3
Måltidskvalitet och matglädje	4
Måltiden som pedagogiskt verktyg	4
Värdegrund	4
Kvalitet och säkerhet	5
Hållbarhet och hälsa	5
Särskild kost	6
Verksamheter som omfattas av måltidspolicyn	6
Styrdokument och kontroll	6
Utarbetande och beslut av måltidspolicyn	6
Bilagor	
1 Riktlinjer för måltider i förskola och familjedaghem	7
2 Riktlinjer för måltider i grundskola och fritids	8
3 Riktlinjer för måltider i gymnasiet	11

MÅLTIDSPOLICY FÖR MÅLTIDER INOM BARN OCH UTBILDNINGSFÖRVALTNINGEN I UDDEVALLA KOMMUN



Inledning

Mat och måltider är centrala delar av våra liv, som njutning, källa till glädje, som mötesplatser och kulturbärare. Goda matvanor som grundläggs i tidig ålder har stor betydelse för hälsan och välbefinnandet för såväl barn som vuxna. En måltidspolicy säkerställer att hänsyn till folkhälsa och miljö utgör grunden för val av livsmedel och utformning av måltider.

Syfte med måltidspolicyn

- Det primära syftet är att alla matgäster ska uppleva måltiderna i våra verksamheter som positiva, som ett tillfälle för social samvaro och avkoppling i en lugn och rofylld miljö
Ytterligare syften är:
- Att servera god, vällagad och näringsriktig mat som följer SLV riktlinjer och är säker för varje enskild matgäst
- Att tydliggöra vilka krav och förväntningar som är realistiska att ställa på offentligt finansierad mat och måltider
- Att underlätta och ge förutsättningar för att erbjuda likvärdiga måltider vad gäller innehåll och omfattning för varje matgäst och måltidsverksamhet
- Att inom hela förvaltningen skapa ett gemensamt positivt synsätt på mat och måltider och dess möjligheter till inverkan på barn och ungdomars utveckling och hälsa
- Att vara ett redskap för att specificera kraven vid planering och upphandling av livsmedel

Måltidskvalitet och matglädje

En måltid i förskola och skola tar inte slut i och med att den sista matbiten är uppäten på tallriken. Måltiden sträcker sig ända ut i barngruppen och klassrummet och ut i samhället. Maten i förskola och skola ska ge barn och ungdomar kraft att orka med de krav som livet ställer, ett aktivt lärande och ett socialt liv. Livsmedelsverket har som stöd för vad som är en bra måltid, skapat en måltidsmodell i form av ett pussel. De sex olika bitarna är alla viktiga för att matgästerna ska må bra av maten och känna matglädje.



Måltiden som pedagogiskt verktyg

All verksamhet under skoldagen, även skolmåltiden, präglas av förskolans och skolans mål och har därför ett pedagogiskt syfte. Genom att göra mat och måltider till en integrerad del av skoldagen blir de en pedagogisk resurs. Synergieffekter uppstår och ger positiva avtryck ut i verksamheten. Tanken med pedagogiska måltider är att skapa samvaro mellan barn/elever och vuxna. De vuxna ska vara förebilder genom att äta all mat som serveras, visa vad en balanserad måltid är och smaka på nya maträtter med en positiv inställning. Genom måltiden stärker man även gruppkänsla och delaktighet.

<http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Maltider-i-var-d-skola-omsorg/Skolmaltider/>

<http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Maltider-i-var-d-skola-omsorg/Skolmaltider/Pedagogisk-lunch/>

Värdegrund

Öppenhet, professionalism och respekt.

Kommunens värdegrund ligger som bas i bemötandet alla människor emellan och all personal ska ha kunskap om värdegrunden, vad den innebär och agera därefter.

Tillvaron för våra barn och ungdomar innehåller stor press och många förväntningar. Därför blir skolan/förskolan mer och mer viktig för att lägga grunden, tillsammans med föräldrarna, så att barnen blir kompetenta vuxna. Måltiden ger goda möjligheter att i ord och handling tillämpa värdegrunden.

Kvalitet och säkerhet

- Alla måltider följer Skollagen och SLV rekommendationer
- Upphandlings- och inköpssystem stödjer köken i att enkelt kunna få information om och beställa upphandlade varor. Ekologiska och närproducerade varor är tydligt märkta
- I köken har all personal, även vikarier, köksutbildning på lägst gymnasienivå. Kostekonomerna är ansvariga för matsedelsplaneringen
- All personal som hanterar livsmedel inom kommunens verksamheter ska regelbundet genomgå adekvata utbildningar samt följa de lagar och regler som finns vid hantering av mat
- Kökspersonalen ska bära enhetliga arbetskläder avsedda för köksarbete
- Information om måltider och matsedlar finns på kostenhetens hemsida, matsedlar är även anslagna på varje förskola och skola
- En dialog mellan skola, förskola och kostenhet ska vara självklar och är en naturlig del av kvalitetsarbete och utveckling
- Utvärdering och uppföljning av måltiderna ska ske regelbundet och på olika sätt som anpassas efter matgästernas ålder samt att kostenhet och förskola/skola utvärderar sin måltidsverksamhet årligen
- Revidering av Måltidspolicyn sker vart tredje år eller oftare om större förändringar sker
- Måltidspolicyn går ut på remiss till berörda verksamheter samt barnhälsovård, skolhälsovård, allergikommittén och skolmåltidsgruppen

Hållbarhet och hälsa

Goda matvanor har inverkan på både hälsa och miljö. Genom att aktivt arbeta för en hållbar utveckling arbetar vi i linje med kommunens miljömål där även strävan mot större andel ekologiska livsmedel ingår.

- Matsedlar planeras så mer vegetabilier serveras samt att livsmedel med stor klimatpåverkan till viss del ersätts med klimatsmarta alternativ.
- För att främja ätandet av grönsaker strävar vi efter att ha salladsbuffén först i serveringen alternativt att man börjar måltiden vid bordet med att lägga upp grönsaker på tallriken.
- Aktivt arbete för att minska svinnet, både den mat som inte äts upp på tallriken och det svinn som uppstår vid matlagningen.
- Fortlöpande utbildning och information till både matgäster och personal om vikten av klimatsmart agerande.
- Miljö- och klimatkriterier vid upphandling av livsmedel tillämpas
- Ur både hälso- och miljöperspektiv förordar SLV riktlinjer att starkt söta produkter inte serveras i förskola och skola, firande av olika slag bör ske på annat sätt. Kostenheten följer de riktlinjerna vilka även bör förankras i hela förskole och skolverksamheten samt hos vårdnadshavare

Särskild kost

- Vid behov av särskild kost ska kostenhetens blankett fyllas i av vårdnadshavare eller myndig elev. Aktuell blankett finns bl.a. på kostenhetens hemsida
- Köket har sedan kontakt med vårdnadshavare eller myndig elev för att få tydlig information om just den matgästens behov
- Maten lagas och förpackas separat samt märks med barnet/elevens namn
- Kostenheten följer SLV rekommendationer och utesluter alla nötter, mandel, jordnötter och sesamfrön ur maten, samt att det inte får förekomma i förskolans och skolans lokaler

Verksamheter som omfattas av måltidspolicyn

- Förskolor och familjedaghem
- Grundskolor och skolbarnomsorg (fritids)
- Gymnasieskolor

Styrdokument och kontroll

- Livsmedelslagen med systematisk egenkontroll
- Skollagen 2010:800 10 kap 10 §
- Svenska näringsrekommendationer
- SLV (Statens Livsmedelsverk) rekommendationer för Bra mat i förskolan och Bra mat i skolan
- Arbetsmiljölagen med särskild internkontroll av storhushåll
- Arbetarskyddsstyrelsens föreskrifter för storhushåll och restaurang
- Produktansvarslagen
- Lagen om offentlig upphandling
- Kommunens kravspecifikation i livsmedelsupphandlingen
- Kommunens styrdokument, där bl.a. mål om andel ekologiska livsmedel i % samt närhet till tillagningskök finns med

Utarbetande och beslut av måltidspolicyn

Kostenheten fick 2013-06-18 i uppdrag av Barn och utbildningsnämnden att utarbeta ett förslag till måltidspolicy. På barn och utbildningsnämndens sammanträde 2014-06-12 beslutades att anta den föreslagna måltidspolicyn. Under september 2014 har dokumentet anpassats till Uddevalla kommuns senaste grafiska profil.

Mål och riktlinjer för måltider i förskola och familjedaghem bil. 1

Maten

- Maten följer SLV rekommendationer ”Bra mat i förskolan”
- Matsedeln är gemensam för alla förskolor med tillagningskök, mottagningsköken följer i allmänhet grundskolans matsedel
- Matsedeln finns att läsa på kommunens och kostenhetens hemsida
- Matsedeln präglas av aktuell säsong och högtider
- Maten tillagas i största möjliga mån från grunden. Utrustning, tid och bemanning kan dock begränsa
- Grönsaker, bröd och mjölk serveras till varje måltid
- Sötsaker som glass, godis, läsk och kakor serveras inte av kostenheten, undantag kan ske vid allmänna högtider

Måltider och miljö

- Måltiderna serveras på fasta tider med 3-4 timmars mellanrum
- Barn som vistas heltid på förskolan erbjuds förutom frukost och lunch även mellanmål
- Måltiderna under en hel dag ska tillsammans ge 65-70 % av dagsbehovet, resterande måltider serveras hemma
- Maten ska läggas upp på ett aptitretande sätt och serveras i en trevlig och lugn miljö
- Pedagogiska måltider tillämpas i förskolan där de vuxna är förebilder för att skapa trevlig samvaro, goda matvanor och att uppmuntra barnen till att prova nya smaker och konsistenser

Önskemål om särskild kost

Specialkost vid allergi och överkänslighet

- Maten ska vara säker och spårbar
- Maten följer SLV rekommendationer
- En speciell blankett fylls i av vårdnadshavaren och diskuteras i samråd med pedagoger och kökspersonal för bästa lösningen för det enskilda barnet
- Kostenheten serverar endast specialprodukter som vår avtalsleverantör kan tillhandahålla
- Nötter, mandel, jordnötter och sesamfrön får inte förekomma på förskolan

Med religiös hänsyn

- Maten följer SLV rekommendationer
- Kostenheten följer djurskyddslagstiftningen och serverar t.ex. bara kött från djur som bedövats före slakt. Vi serverar inte mat enligt strikta Koscher eller Halalregler.
- Den mat som erbjuds är ett näringsmässigt fullgott alternativ

Vegetarisk mat

- Maten följer SLV rekommendationer
- Kostenheten erbjuder alternativen laktovegetarisk kost (vegetabilier samt mjölkprodukter) och lakto-ovo vegetarisk kost (vegetabilier samt mjölkprodukter och ägg).

Utflykts mat

- Barn på utflykt bör få lika god, näringsriktig och säker mat som ”hemma” på förskolan
- Kostenheten erbjuder olika alternativ av kyld mat från köket: mjukt bröd med smörgåsmargarin och ost, hamburgare eller korv med bröd, pannkakor, juice och frukt
- Pedagogisk personal ansvarar för att maten hålls kyld och hanteras med god hygien

Mål och riktlinjer för måltider i grundskola bil. 2

Skollunchen

- Måltidens sammansättning: Livsmedelsverkets råd om bra mat i skolan ska följas. Detta ska ingå i dagens skollunch: lagad huvudrätt, två alternativ eller fler, bröd, nyckelhålmärkt matfett, salladsbuffé (minst 5 sorter), lättmjölk och vatten.
- Som hjälpmedel vid serveringen ska tallriksmodellen användas. Den visar en god balans i en komplett måltid.
- Alternativa rätter ska erbjudas dem som av religiösa, etiska eller medicinska skäl inte kan äta alla rätter.
- Matsedeln präglas av aktuell säsong och högtider
- Maten tillagas i största möjliga mån från grunden. Utrustning, tid och bemanning kan dock begränsa
- Grundmatsedeln är gemensam för alla grundskolor, undantag kan förekomma
- Matsedeln finns att läsa på kommunens och kostenhetens hemsida och via ”Skolmatsappen”
- Sötsaker som glass, godis, läsk och kakor serveras inte av kostenheten, undantag kan ske vid allmänna högtider
- Skolmåltiderna ska bidra till miljöarbetet i kommunen och en hållbar konsumtion

Måltider och miljö

- Måltiden ska ge ett avbrott i skoldagen och vara en möjlighet till återhämtning
- Måltiderna bör schemaläggas på ett sådant sätt att alla elever får möjlighet att äta sin lunch i lugn och ro och utan tidspress. En bra schemaläggning av skollunchen är mycket viktig för en trivsamt lunch och med antalet elever anpassat efter skolrestaurangen.
- Varje klass bör serveras lunch vid ungefär samma tidpunkt varje dag och tidigast kl. 11.00
- Skollunchen ska ge 25-35 % av dagsbehovet, resterande måltider serveras hemma
- Lunchen ska läggas upp på ett aptitretande sätt och serveras i en trevlig och lugn miljö
- Pedagogiska måltider tillämpas i skolan där arbetsuppgiften är att skapa trygghet, trevlig samvaro och goda matvanor och uppmuntra eleverna att prova nya smaker och konsistenser. I allt detta är vuxna förebilder.
- En målsättning är att matråd ska finnas på varje skola, där kan elevernas synpunkter föras fram regelbundet under läsåret. Rektor ansvarar för att matråd startas och att tid avsätts för elever och pedagogisk personal till regelbundna möten 2-4 ggr/termin. Ämnen som tas upp i matrådet kan vara matsedeln, måltidsmiljön, hur studierna och hälsan påverkas av matvanorna, provsmakning av nya livsmedel, tema för önskevecka etc. Samarbete ska ske med kostenheten/ansvarig kock för att tillsammans utveckla verksamheten och göra förbättringar.

Önskemål om särskild kost

Specialkost vid allergi och överkänslighet

- Maten ska vara säker och spårbar
- Maten följer skollagen och SLV rekommendationer
- En speciell blankett fylls i av vårdnadshavaren och lämnas i skolan eller direkt till köket som vid behov samråder med vårdnadshavare och skolhälsovård för bästa lösningen för den enskilde eleven
- Kostenheten serverar endast specialprodukter som vår avtalsleverantör kan tillhandahålla
- Nötter, mandel, jordnötter och sesamfrön får inte förekomma på skolan

Med religiös hänsyn

- Maten följer skollagen och SLV rekommendationer

- Kostenheten följer djurskyddslagstiftningen och serverar t.ex. bara kött från djur som bedövats före slakt. Vi serverar inte mat enligt strikta Koscher eller Halalregler
- Den mat som erbjuds är ett näringsmässigt fullgott alternativ

Vegetarisk mat

- Maten följer skollagen och SLV rekommendationer
- Kostenheten erbjuder alternativen laktovegetarisk kost (vegetabilier samt mjölkprodukter) och lakto-ovo vegetarisk kost (vegetabilier samt mjölkprodukter och ägg).

Elevcafeterian

Det är bra om skolan har riktlinjer för utbudet i cafeteria. Skolan bör föregå med gott exempel och i hela sin verksamhet främja en sund livsstil.

Servera gärna nyckelhålmärkta produkter och frukt i stort utbud.

- Cafeteria ska erbjuda ett hälsosamt utbud av mellanmål som frukt, smörgås, mjölkprodukter, juice och vatten
- Sötsaker som glass, godis, läsk och kakor ska inte finnas till försäljning
- Cafeterians öppettider förläggs så de inte konkurrerar med skollunchen

Utvärdering och uppföljning

Utvärdering av verksamheten sker genom det kvalitetssystem som överenskommit. Förslag; "SkolmatSverige" och årliga resultatrapporter.

Mål och riktlinjer för måltider på fritids

Maten

- Maten följer SLV rekommendationer "Bra mat i skolan". Tonvikten ligger på mjölk/mjölkprodukter, smörgås med pålägg, frukt eller grönsak.
- Matsedeln präglas av aktuell säsong och högtider
- Maten tillagas i största möjliga mån från grunden. Utrustning, tid och bemanning kan dock begränsa
- Grönsaker serveras till varje måltid
- Bröd, mjölk och vatten serveras till varje måltid
- Matsedeln är gemensam för alla fritids.
- Matsedeln finns att läsa på kommunens och kostenhetens hemsida
- Sötsaker som glass, godis, läsk och kakor serveras inte av kostenheten, undantag kan ske vid allmänna högtider

Måltider och miljö

- Måltiden ska ge ett avbrott i dagen och vara en möjlighet till återhämtning
- Måltiderna serveras på fasta tider
- Barn som vistas "heltid" på fritids erbjuds förutom skollunch även frukost och 1-2 mellanmål under eftermiddagen
- Måltiderna under en hel dag ska tillsammans ge 65-70 % av dagsbehovet, resterande måltider serveras hemma
- Måltiderna ska läggas upp på ett aptitretande sätt och serveras i en trevlig och lugn miljö
- Pedagogiska måltider tillämpas på fritids där arbetsuppgiften är att skapa trygghet, trevlig samvaro och goda matvanor och uppmuntra barnen att prova nya smaker och konsistenser
I allt detta är vuxna förebilder

Önskemål om särskild kost

Specialkost vid allergi och överkänslighet

- Maten ska vara säker och spårbar
- Maten följer SLV rekommendationer
- En speciell blankett fylls i av vårdnadshavaren och lämnas i skolan eller direkt till köket som vid behov samråder med vårdnadshavare och skolhälsovård för bästa lösningen för den enskilde eleven
- Kostenheten serverar endast specialprodukter som vår avtalsleverantör kan tillhandahålla
- Nötter, mandel, jordnötter och sesamfrön får inte förekomma på fritids

Med religiös hänsyn

- Maten följer SLV rekommendationer
- Kostenheten följer djurskyddslagstiftningen och serverar t.ex. bara kött från djur som bedövats före slakt. Vi serverar inte mat enligt strikta Koscher eller Halalregler
- Den mat som erbjuds är ett näringsmässigt fullgott alternativ

Vegetarisk mat

- Maten följer SLV rekommendationer
- Kostenheten erbjuder alternativen laktovegetarisk kost (vegetabilier samt mjölkprodukter) och lakto-ovo vegetarisk kost (vegetabilier samt mjölkprodukter och ägg).

Utflykts mat

- Barn på utflykt bör få lika god, näringsriktig och säker mat som ”hemma” på fritids
- Kostenheten erbjuder olika alternativ av kyld mat från köket: mjukt bröd med smörgåsmargarin och ost, hamburgare eller korv med bröd, pannkakor, juice och frukt
- Pedagogisk personal ansvarar för att maten hålls kyld och hanteras med god hygien
- På kostenhetens hemsida finns förslag på bra utflyktsmat för elever när matsäck tas med hemifrån

Utvärdering och uppföljning

Utvärdering av verksamheten sker genom det kvalitetssystem som överenskommits.
Förslag; ”SkolmatSverige” och årliga resultatrapporter.

Mål och riktlinjer för måltider i gymnasieskola bil. 3

Skollunchen

- Lunchen följer SLV rekommendationer ”Bra mat i skolan”
- Matsedeln präglas av aktuell säsong och högtider
- Maten tillagas i största möjliga mån från grunden. Utrustning, tid och bemanning kan dock begränsa
- Det finns alltid en vegetarisk rätt som alternativ till dagens rätt
- Salladsbord med minst tre sorter grönsaker serveras varje dag med undantag för soppdagar
- Hårt bröd, mjölk och vatten serveras varje dag
- Matsedlarna finns att läsa på kommunens och kostenhetens hemsida samt på skolmatsappen

Måltider och miljö

- Måltiden ska ge ett avbrott i skoldagen och vara en möjlighet till återhämtning
- Måltiderna bör vara schemalagda vid ungefär samma tid varje dag
- Skollunchen ska ge ca 30 % av dagsbehovet, resterande måltider serveras hemma
- Lunchen ska läggas upp på ett aptitretande sätt och serveras i en trevlig och lugn miljö
- Skolan bör ha ett matråd där elevernas synpunkter kan föras fram regelbundet under läsåret
- Skolan bör verka för att vuxna som goda förebilder äter tillsammans med eleverna vilket även gör måltiden lugnare och mer trivsamt

Önskemål om särskild kost

Specialkost vid allergi och överkänslighet

- Maten ska vara säker och spårbar
- Maten följer SLV rekommendationer
- En speciell blankett fylls i av vårdnadshavaren eller myndig elev och lämnas till skolsköterskan (Agneberg och Sinclair) eller direkt till köket (Östrabo). Vid behov samråder köket med vårdnadshavare/elev och skolhälsovård för bästa lösningen för den enskilde eleven
- Kostenheten serverar endast specialprodukter som vår avtalsleverantör kan tillhandahålla

Med religiös hänsyn

- Maten följer SLV rekommendationer
- Kostenheten följer djurskyddslagstiftningen och serverar t.ex. bara kött från djur som bedövats före slakt. Vi serverar inte mat enligt strikta Koscher eller Halalregler
- Den mat som erbjuds är ett näringsmässigt fullgott alternativ

Vegetarisk mat

- Maten följer SLV rekommendationer
- Kostenheten erbjuder alternativen laktovegetarisk kost (vegetabilier samt mjölkprodukter) och lakto-ovo vegetarisk kost (vegetabilier samt mjölkprodukter och ägg)
Vegan kost (endast vegetabilier) serveras till den som efter samtal med skolsköterskan visat tillräcklig kunskap om vikten av att äta rätt sammansatt vegan kost

Elevcafeterian

- Cafeterian ska erbjuda ett varierat utbud av främst frukost och mellanmålsprodukter
- Tyngdpunkten ska ligga på hälsosam mat som frukt, fullkornssmörgåsar, mjölkprodukter med låg fetthalt, juice och vatten
- I mån av tillgång och efterfrågan säljs även matigare alternativ som t.ex. paj och sallad
- Före kl. 9.00 säljs inga söta produkter som glass, godis, läsk eller bakverk