

Ärendenr

SHBN 2019-000028

KS 2017-000126.000

# Måltidspolicy och riktlinjer

## för måltidsverksamhet i Tibro kommun

Dokumenttyp:	Styrdokument – Policy och riktlinjer
Beslutat av:	Kommunfullmäktige 2019-10-28 § 129
Gäller för:	Samtliga nämnder med måltidsverksamhet
Gäller från och med:	2019-11-01
Tidpunkt för aktualisering:	2023
Dokumentägare:	Måltidschef



## Innehållsförteckning

1	Inledning.....	3
2	Måltidspolicy.....	3
2.1	Måltidspusslet – ett hjälpmedel .....	4
3	Riktlinjer .....	5
3.1	Förskolans, skolans och fritidsverksamhetens måltider .....	5
3.2	Vård och omsorgens måltider .....	6
3.3	Miljö och hållbar utveckling .....	7
4	Åtgärder för att nå måltidspolicyns mål och dess riktlinjer.....	8
5	Uppföljning .....	9



# 1 Inledning

Mat och måltider är centrala i våra liv, som njutning, källa till glädje, som mötesplats och kulturbärare. Maten har en avgörande betydelse för vår hälsa och prestationsförmåga. Därför är det viktigt att måltiden ger den näring och energi som kroppen behöver. En bra måltidsverksamhet inom barnomsorg, skola och vård och omsorg är av stor betydelse för en positiv hälsoutveckling.

# 2 Måltidspolicy

Tibro kommuns måltidspolicy med riktlinjer uttrycker den politiska viljan, anger övergripande mål, värdegrund samt är ett styrande dokument för kommunens måltider inom kommunens alla verksamheter. Riktlinjerna för måltidsverksamheterna inom Tibro kommun är framtagna som ett stöd för att nå målen i policyn. Policyn och dess riktlinjer är ett styrande dokument i det dagliga arbetet för samtliga verksamheter och ett stöd för att kvalitetssäkra mat och måltidsmiljöer.

Folkhälsopolitiken syftar till att förbättra folkhälsan och minska skillnader i hälsa mellan olika grupper i befolkningen. Det övergripande målet är att skapa samhälleliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa.

Tibro kommuns måltidspolicy utgår från ett av folkhälsopolitikens målområden:

Målområde 6: Levnadsvanor.

Måltider inom Tibro kommun:

- ska främja matgästernas hälsa och välbefinnande
- ska vara goda och näringsriktiga och serveras i trevliga miljöer med gott bemötande
- ska värna en miljömässig ansvarsfull utveckling

Kommunens måltidsavdelning ansvarar för produktion av mat till barn, ungdomar och äldre inom kommunal verksamhet. Maten som tillagas och serveras inom måltidsavdelningen i Tibro kommun ska vara näringsriktig och väl sammansatt, följa de svenska näringsrekommendationerna (SNR), Livsmedelsverkets riktlinjer samt regler beträffande specialkost och livsmedelshygien.

Varje förskola, skola, fritidsverksamhet samt verksamheter under vård och omsorg ansvarar för att denna måltidspolicy följs. Policyn ska ses som ett styrande dokument för samtliga verksamheter inom kommunen som tillhandahåller mat och livsmedel.

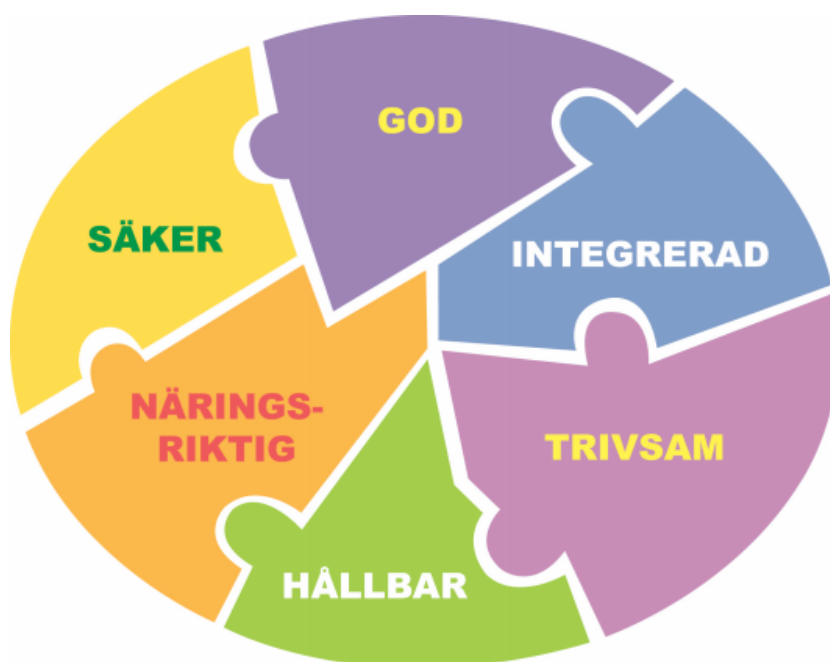


## 2.1 Måltidspusslet – ett hjälpmedel

I Tibro kommun använder vi oss av Måltidspusslet som Livsmedelsverket tagit fram som ett stöd i vårt arbete med måltidskvalitet. Modellen består av sex olika områden som alla är viktiga för både matgästens hälsa och matglädje.

- **God** - Att laga god och näringsriktig mat kräver bra livsmedel, kunskap och lyhördhet. Det är också viktigt hur måltiden presenteras och serveras.
- **Integrerad** - Måltiden är en resurs för hela verksamheten. I förskolan/skolan är den ett pedagogiskt verktyg i undervisningen, för sjuka, äldre och personer med funktionsnedsättning en del av vården och omsorgen.
- **Näringsriktig** - Näringsinnehållet är särskilt viktigt för unga som växer och utvecklas. Bland äldre är undernäring inte ovanligt, vilket kan förebyggas genom omsorgsfullt sammansatta och näringsriktiga måltider. Näring behövs också för att bli frisk efter skada eller sjukdom.
- **Hållbar** - Produktion av livsmedel belastar miljön men är också bra för odlingslandskap och biologisk mångfald. Därför behövs medvetna val av livsmedel och arbetssätt för att belasta miljön så lite som möjligt.
- **Trivsamt** - Samvaro med andra och en trivsamt miljö gör att man sitter kvar och njuter av måltiden.
- **Säker** - Mat som serveras ska vara säker att äta och matgästerna ska kunna vara trygga.

Utifrån dessa faktorer så har vi tagit fram riktlinjer för Tibro kommun.





## 3 Riktlinjer

### 3.1 Förskolans, skolans och fritidsverksamhetens måltider

Goda matvanor hos barn och ungdomar är en förutsättning för normal tillväxt, utveckling och god hälsa. Det är under barn- och ungdomsåren som våra matvanor grundläggs och förskolan och skolan har stora möjligheter att främja goda kostvanor och en hälsosam livsstil. Goda och näringsriktiga måltider i trevlig miljö som barn och vuxna äter tillsammans ger personalen möjlighet att förmedla och praktisera en positiv attityd till mat och måltider.

- Måltiderna ska ge barn och ungdomar en näringsriktig kost av hög kvalitet, följa de svenska näringsrekommendationerna och Livsmedelsverkets riktlinjer för "Bra mat i förskolan" (2016) samt "Bra mat i skolan" (2018).
- Maten som serveras ska vara aptitlig och varierande och bidra till att barn och unga äter sig mätta.
- Måltiden ska ses som ett pedagogiskt verktyg som ska vara en naturlig del av verksamheten.
- Måltider ska serveras på regelbundna tider och lunchen ska serveras mellan klockan 11.00-13.00, i en lugn och trevlig miljö som präglas av gott bemötande.
- Till lunchen serveras en riklig salladsbuffé, bröd, smörgåsmargarin och mjölk/vatten.
- Alternativrätter ska successivt införas och då gärna vegetariska alternativ.
- Frukost och mellanmål ska huvudsakligen bestå av smörgås med pålägg, mjölk eller mjölkprodukter, flingor/gryn och frukt eller bär.
- Söta produkter som smaksatta mejeriprodukter, nyponsoppa, kräm, saft och chokladdryck ska undvikas. Godis, snacks och läsk får inte serveras, undantag kan dock göras vid traditioner och högtider.
- I caféterior inom grundskolan ska inte läsk, godis, fikabröd och söta produkter serveras/säljas. Istället ska hälsosamma alternativ erbjudas.
- Barn och ungdomar samt föräldrar ska ges möjlighet till inflytande och delaktighet genom elevråd/matråd och föräldraråd.
- Barn och ungdomar som av medicinska skäl har behov av specialkost ska erbjudas detta. Vid behov av specialkost ska läkarintyg lämnas som bekräftar



behov av specialkost. Läkarintyg ska lämnas för både barn/elever, pedagoger/andra vuxna som äter i berörd verksamhet. Om inte läkarintyg bifogas kommer ej specialkost erhållas av medicinska skäl. Kommunen tillgodoser begäran om specialkost på grund av etiska skäl i den mån det inte föranleder ökande kostnader eller organisatoriska svårigheter. Vid specialkost av etiska skäl kan därför vegetarisk kost erbjudas. Läkarintyg behöver i dessa fall inte lämnas. Specialkost bör, så långt det är möjligt, efterlikna den mat som serveras till andra barn och ungdomar samma dag.

- Nötter inklusive jordnötter, mandel och sesamfrö får inte serveras och förekomma inom förskolans/skolans lokaler.

### 3.2 Vård och omsorgens måltider

Maten och måltidsmiljön inom vård och omsorgens verksamheter är mycket viktig då måltiden skapar förutsättningar för ett välbefinnande. Förutom näring ger måltiden möjlighet till social samvaro. Måltiden kan vara det som sätter guldkant på brukarens vardag. Inom vård och omsorgens verksamheter är det speciellt viktigt att ha kontroll över brukarnas näringsintag för att säkerställa en god näringsstatus utifrån brukarens individuella behov.

- Måltiderna ska ge brukarna en näringsriktig kost av hög kvalitet som följer de Svenska näringsrekommendationerna och Livsmedelsverkets riktlinjer för "Bra måltider i äldreomsorgen" (2018).
- Maten ska vara aptitlig och varierande, anpassad utifrån brukarens individuella behov och kan vara en del av den medicinska vården.
- Måltiderna ska serveras på regelbundna tider med frukost, lunch, middag och minst tre mellanmål väl utspridda över dygnet.
- Nattfastan bör inte överstiga elva timmar.
- Det ska finnas god tillgång till dryck för att säkerställa att brukarna får i sig tillräckligt med vätska.
- Måltiden ska dukas fram på ett inbjudande sätt och serveras med ett gott bemötande samt intas i lugn och ro och anpassas efter brukarnas önskemål och behov.
- Måltiden ska ha pedagogiska inslag och ingå i det rehabiliterande förhållningssättet.



- Alla brukare som av medicinska eller etiska skäl har behov av specialkost ska erbjudas detta. Specialkost bör, så långt det är möjligt, efterlikna den mat som serveras till övriga.
- Brukare och anhöriga ska ges möjlighet till inflytande och delaktighet genom brukarråd.

### 3.3 Miljö och hållbar utveckling

Hur maten produceras, transporteras och behandlas har stor sammantagen inverkan på miljön. Inom verksamheterna ska en strävan vara att skapa respekt och ta ansvar för miljön.

- Måltidsavdelningen ska arbeta för att kontinuerligt minska miljöbelastningen genom att eftersträva källsortering, miljövänliga och energieffektiva val av produkter och utrustning.
- Måltidsavdelningen ska ha fokus på matens ursprung och kvalitet samt eftersträva att använda närproducerade, ekologiska och rättvisemärkta livsmedel.
- Måltidsavdelningen strävar mot att 30 % av vår livsmedelsbudget skall gå till ekologiska livsmedel som de Nationella riktlinjerna i dagsläget föreslår.
- Måltidsavdelningen strävar efter att servera 100 % svenska animalier.
- Måltidsavdelningen ska säsongsanpassa inköp av frukt och grönsaker.
- Måltidsavdelningen ska eftersträva att utöka det vegetariska utbudet.
- Maten ska tillagas så nära gästen som möjligt i kök anpassade till verksamheten.
- Måltidsavdelningen ska följa gällande livsmedelslagstiftning och kökens egenkontrollprogram ska vara anpassade till befintlig verksamhet.
- Restaurangernas/matsalarnas storlek och utformning ska vara anpassade efter antalet gäster och ljudvolymen ska hålla en acceptabel nivå.
- Måltidsavdelningen ska arbeta aktivt med att minimera tallrikssvinn och matsvinn.



## 4 Åtgärder för att nå måltidspolicyns mål och dess riktlinjer

- Personal som anställs i kök ska ha adekvat utbildning.
- All personal ska aktivt medverka till att måltidssituationen blir en lustfylld upplevelse.
- All personal ska ha goda kunskaper om specialkost och födoämnesöverkänslighet.
- Måltidspersonal ska årligen genomgå lagstadgad utbildning i livsmedelshygien och hantering.
- Utbildning och kompetenshöjande aktiviteter ska genomföras regelbundet för den personal som arbetar med mat och måltider.
- Måltidsverksamheten ska regelbundet följas upp och utvärderas.
- Regelbundna matråd, brukarråd och kostombudsträffar ska genomföras.
- Inom kommunens måltidsverksamheter ska måltiden vara en självklar del av den pedagogiska verksamheten.
- All hantering av livsmedel ska ske enligt livsmedelslagstiftningen och varje verksamhet ska ha ett system för egenkontroll så att lagstiftningens krav uppfylls.
- Upphandlingar och avtal ska fokusera på matens kvalitet och ursprung samt eftersträva närproducerade livsmedel.
- UHM, Upphandlingsmyndighetens krav på Basnivå, ska följas vid upphandling av animaliska livsmedel samt bara köpa in fisk från hållbara bestånd.





## 5 Uppföljning

Måltidspolicyn och dess riktlinjer ska årligen följas upp i respektive verksamhet samt revideras vid behov. Måltidschefen ansvarar för revidering och uppföljning.

Varje chef inom den verksamhet som berörs av policyns riktlinjer ansvarar för att dokumentets innehåll är känt bland medarbetare, att det efterlevs samt följs upp i den egna verksamheten.

### Källor:

Livsmedelsverket (2012). Svenska näringsrekommendationer. ISBN 978 91 7714 215 7

Livsmedelsverket (2016). Bra mat i förskolan. ISBN 978 91 7714 247 8

Livsmedelsverket (2018). Bra mat i skolan. ISBN 978 91 7714 220 1

Livsmedelsverket (2013). Vad är en bra måltid. Hämtad 2014-12-03 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Maltider-i-var-d-skola-omsorg/Vad-ar-en-bra-maltid/>

Livsmedelsverket (2018). Bra måltider i äldreomsorgen. ISBN 978 91 7714 262 1