

Måltidsriktlinjer till kostpolicy för perioden 2017 -2022



Källa: Livsmedelverket måltidsmodell

Innehållsförteckning

Måltidsriktlinjer	Sid 3
Måltidsriktlinjer – Sektor utbildning	Sid 4
Måltidsriktlinjer – Sektor social omsorg	Sid 7
Lagstiftning och rekommendationer kring mat och måltider	Sid 10

Måltidsriktlinjer

Kostpolicyn med dess måltidsriktlinjer är vägledande för medarbetare i kommunens verksamheter inom bildningssektorn, sociala omsorgssektorn och samhällsbyggnadssektorn.

Kostpolicyn informerar och vägleder kommunens medborgare gällande kommunens arbete med mat och måltider.

Måltidsriktlinjerna ligger till grund för kvalitetssäkringen av maten och måltiderna inom kommunens verksamheter.

Målsättning

- Bidra till god hälsa hos våra medborgare genom välsmakande och näringsriktiga måltider.
- Skapa matglädje bland våra gäster med jämn kvalitets- och servicenivå av måltider och måltidsmiljö.
- Stärka måltidens betydelse i kommunens egna verksamheter och därmed öka kommunens attraktionskraft.
- Verka för en hållbar kommun där upphandling av livsmedel ska främja en hållbar utveckling för miljö, klimat och hälsa. Svalöv ska verka för att upphandlade livsmedel är producerade i Sverige och närproducerade så långt det är möjligt.
- Utgår från livsmedelsverket och dess rekommendationer samt följa aktuell lagstiftning som livsmedelslagen, socialtjänstlagen och skollagen.
- Ska ses som ett vägledande kommungemensamt styrdokument som visar på kommunens ambitionsnivå gällande mat och måltider.
- Fungera som ett styrande dokument i det dagliga arbetet som stöd för att kvalitetssäkra måltidsverksamheten. Policyn gäller såväl beställare som utförare där kommunens måltider serveras.
- Sträva efter att antalet tillagningskök ökar.

Måltidsriktlinjer

Måltider inom sektor utbildning

Riktlinjer

Samtliga yrkeskategorier som medverkar på olika nivåer inom sektor utbildning har ett gemensamt ansvar och ska arbeta för att ge elever en fin måltidsupplevelse och att vara en bra förebild. Att skolmåltiden är god, näringsriktig och omtyckt av eleverna är av stor betydelse. En bra skollunch som serveras i en trivsam måltidsmiljö underlättar inläringen och främjar såväl bra matvanor som en god hälsa hos eleverna.

God, Näringsriktig

- Kökspersonal inom tillagningskök ansvarar för att tillhandahålla beställd kost enligt fastställd kvalitet gällande till exempel matens utseende, smak, näringsinnehåll och konsistens.

Måltidskompetens

- Måltiderna kan användas som ett pedagogiskt verktyg i undervisningen för att väcka barns och elevers nyfikenhet kring mat, hälsa och hållbar utveckling.
- Måltiderna ska underlätta lärandet genom mätta, pigga och friska barn och elever som ser ett värde i maten.
- Maten som serveras ska vara näringsberäknad i kommunens kostadataprogram Mashie enligt rekommenderad portion och utifrån livsmedelsverkets rekommendationer NNR2012. Ett fullvärdigt näringsintag vid varje måltid säkerställs när matgästen äter av alla måltidskomponenter enligt tallriksmodellen¹.

Lunch

- I Svalöv har elever fri tagning av maten, som hjälpmedel används tallriksmodellen.
- Förskola serveras 1 rätt, salladsbuffé 3-4 sorter säsonganpassat, knäckebröd samt ½ frukt per dag per elev. NNR2012 rekommendationer gällande matfett och mejeriprodukter
- Grundskola F-6 serveras 1 rätt, salladsbuffé 6 sorter säsonganpassat, knäckebröd, NNR2012 rekommendationer gällande matfett och mejeriprodukter.
- Grundskola 7 -9 serveras 2 rätter, salladsbuffé 6 sorter säsonganpassat, knäckebröd, NNR2012 rekommendationer gällande matfett och mejeriprodukter
- Svalövs Gymnasium serveras 2 rätter, salladsbuffé 6 sorter säsonganpassat, knäckebröd, NNR2012 rekommendationer gällande matfett och mejeriprodukter

¹ Statens Livsmedelsverks modell för en näringsmässigt bra sammansatt måltid.

- Till Förskola och fritids serveras frukost och mellanmål där en rullande veckomatsedel följs enligt livsmedelsverkets rekommendationer.
 - Frukost utgörs av; fil, flingor, gröt eller ägg. Smörgås med pålägg, grönsak, mjölk eller mjölkprodukter.
 - Mellanmål utgörs i huvudsak av; smörgås med pålägg (mjukost skinka, leverpastej, korv, ost), mjölk eller mjölkprodukter, flingor/gryn, bär kräm, smoothies, grönsaker över veckans dagar. Tiden för mellanmålet ska anpassas till tidpunkten för skollunchen.

Trivsamt

- Måltiderna bör vara en självklar del av den pedagogiska verksamheten. Vid servering av måltider ska vuxennärvaro finnas under aktuell serveringstid. Den pedagogiska måltiden ansvarar respektive skola för.
- Skollunchen schemaläggs med strävan att:
 - Lunchen serveras mellan kl. 11.00 och 13.00
 - Alla elever har minst 20 minuter att sitta ner och äta (utöver tid att ta mat och lämna disk)
 - Kötiden hålls så kort som möjligt
 - Det upplevs som lika trevligt att äta i matsalen oavsett tidpunkt under hela lunchserveringen
 - Måltiden ger tillfälle för samvaro och samtal mellan vuxna, barn och elever.
- Måltidsmiljöerna ska utformas så att den enskilde upplever dem som behagliga och trivsamma. Det strategiska ansvaret gällande måltidsmiljön är verksamhetens och den dagliga driften måltidsservice.

Säker²

- Kökspersonal inom tillagningskök och mottagningskök ansvarar för att livsmedelshygien tillämpas enligt Livsmedelagen och system för egenkontroll.
- Lokaler ska vara fria från nötter, jordnötter och mandel (undantag kan finnas där äldreomsorg lagar mat till förskola)
- Specialkost tillhandahålls av medicinska, etiska eller religiösa skäl. Samråd sker mellan eleven och skolsköterskan, läkarintyg kan erfordras. Inom förskolan sker dialogen mellan förskolans personal, vårdnadshavare och barnhälsovård (BVC).
 - Vid specialkost av medicinska skäl används det kommungemensamma kostintyget.
 - Vid viss specialkost kan en näringsmässigt fullvärdig måltid vara svår att uppnå. Dialog mellan berörda (målsman, skolsköterska/BVC) är viktig för att uppmärksamma vikten av näringsriktiga måltider även utanför verksamheten.
 - Vid anpassning av kosten för elev ska denna beviljas av rektor.
 - Vid specialkost innehållande animaliska livsmedel såsom EF men även med tillagnings- och/eller slaktmetoder som kommunen inte kan tillhandhålla erbjuds den vegetariska måltiden.

² Säkerställande av rutiner för god hygienpraxis gällande hantering av livsmedel och servering av måltider.

Integrerad

- Kostombudsträffar och matråd genomförs 4 ggr/år mellan beställare och Måltidsservice som ett led att kontinuerligt följa upp, utveckla och skapa engagemang kring måltiden. Rektor/ansvarig chef är ansvarig som sammankallade till matråd.
- En skolenkät kopplat till frågor om mat, miljö, service och bemötande utförs vartannat år av Måltidsservice bland skolans gäster. Resultatet utvärderas tillsammans med beställare i strävan att förbättra och utveckla skolmåltiden och dess miljö.

Hållbar

- Personal från barnomsorg, förskola, skola samt måltidspersonal arbetar med matavfallsmätning som metod för minskat matsvinn vilka utvärderas 1 ggr/År. Matavfall ska minimeras vid planering, tillagning och vid servering maten.

Måltidsriktlinjer

Måltider inom sektor social omsorg

Riktlinjer

Samtliga yrkeskategorier som medverkar på olika nivåer inom social omsorg har ett gemensamt ansvar och ska arbeta för att ge den äldre en fin måltidsupplevelse och ett gott kost- och nutritionsomhändertagande.

Måltiderna är inte bara grundläggande för att förebygga undernäring, sjukdom och ohälsa utan den sociala funktionen är minst lika viktig. Måltiden ska även ses som ett positivt avbrott i vardagen och bidra till glädje, gemenskap och meningsfullhet.

God, Näringsriktig

- Kökspersonal inom tillagningskök ansvarar för att tillhandahålla beställd kost enligt fastställd kvalitet gällande till exempel matens utseende, smak, näringsinnehåll och konsistens.
 - Maten som servereras ska vara näringsberäknad i kommunens kostdataprogram Mashie enligt rekommenderad portion och motverka felnäring. Energi- och näringsinnehåll ska följa nordiska näringsrekommendationer NNR2012.
(ersätter tidigare rekommendation om tre grundkost; SNR-kost, A-kost och E-kost)
Maten ska tillgodose den enskildes behov av energi och näringsämnen för att ge förutsättningar för en god hälsa och utifrån NNR2012 rekommendationer.
 - Huvudmåltiden består av 2 rätter, salladsbord som aptitretare och dessert.
 - Öka förutsättningen för att personer med dålig aptit och/eller ätsvårigheter kan/vill äta genom att erbjuda flera behovsanpassade små måltider/mellanmål att välja mellan, fördelat regelbundet under dygnet.
 - Vid behov av mer energi- och näringstät mat ska ett kompletterande utbud finnas av små maträtter, mellanmål och drycker som håller hög näringsmässig kvalitet. Behovet bedöms av sjuksköterska.
 - Natfasta Rekommendation från socialstyrelsen är att nattfastan inte överstiger 11 timmar d.v.s. tiden mellan sista kvällsmålet och första morgonmålet.
 - Vård- och omsorgspersonal behöver ha tillgång till lämpliga mellanmål och drycker dygnet runt.
 - Behovet av kosttillägg ska bedömas individuellt av sjuksköterska.
 - Kost med avvikande konsistens ordinerar av sjuksköterska i samråd med läkare. Vårdpersonal ska ha kunskapen att servera rätt konsistens vid måltid.
- Följande kost ska tillagningsköken tillhandahålla:
- Hel eller delad konsistens (normal konsistens eller delad i bitar).
 - Grov patékonsistens (vid motoriska problem, tuggproblem, orkeslöshet) OBS ej för sväljsvårigheter.
 - Timbalkonsistens (vid tugg – och sväljproblem)

8 (10)

- Gelékonsistens (vid svåra sväljproblem)
- Flytande konsistens
- Tjockflytande konsistens

➤ Specialkost

Följande specialkost ska tillagningsköken tillhandahålla och beställas av sjuksköterska.

- Gluten fri kost
- Laktosfri kost
- Mjökproteinfri kost
- Proteinreducerad kost
- Dialyskost
- Kost vid överkänslighet
- Fettreducerad kost
- Fiberreducerad kost/skonkost
- Vegetarisk kost
- Önskekost

Trivsamt

- Vid lunchserveringen bör gästen erbjudas minst två maträtter att välja mellan, samt sallad-grönsaksbuffé med 6 sorter vilka är anpassat utifrån säsong samt dessert samt dryck.
- Menyer, maträtter och måltidsmiljö ska anpassas efter den enskildes individuella behov, vanor, ev. hjälpmedel och önskemål för att ge god livskvalité. Hänsyn ska tas till kulturella, religiösa och etiska önskemål.
- Helger och högtider ska uppmärksammas lite extra med festlig mat och dukning.
- Måltidsmiljöerna ska utformas så att den enskilde upplever dem som behagliga och trivsamma. Det strategiska ansvaret gällande måltidsmiljön är verksamhetens och den dagliga driften måltidsservice.

Gästen/ Brukarnas möjlighet till delaktighet, valfrihet och självbestämmande är viktiga begrepp. Äldre personer ska kunna vara delaktiga och fortsätta påverka sin vardag trots att de är beroende av andra. Det kan exempelvis handla om att få fortsätta äta det kvällsmål man är van vid eller att tillgodose en önskan om att slippa äta i ensamhet eller i påtvingat sällskap.

- Inom verksamheten ska tillräcklig tid avsättas för hjälp vid behov vid måltiden.

Säker³

- Kökspersonal inom tillagningskök ansvarar för att livsmedelshygien tillämpas enligt Livsmedelagen och system för egenkontroll.
För vårdpersonal gäller:
 - Personalutbildning inom livsmedelshygien ska ingå i introduktionsutbildning för vårdpersonal.
 - Rutiner för god livsmedelshygien ska finnas.
 - Tillagad mat som är överbliven efter måltid måste kastas vilket även gäller all tillagad mat till avdelningar.
 - Temperatur på mat tas vid varje måltid får inte understiga +60C vid uttagning ur värme vagn.
 - Mat som hettas upp måste värmas till +70C.
 - Kylskåpstermometrar ska finnas i kylskåp med temperatur på högst +8C.

Integrerad

- Måltidsplanering ska följas kontinuerligt upp och utvärdera måltidernas kvalitet, om maten äts upp och omsorgstagarnas hälsotillstånd för att säkerställa att måltiderna uppskattas och tillgodoser de behov som finns. Ansvarig vård och omsorg, verksamhetschef enhetschef och Mas.
- Kostombudsträffar och matråd genomförs 4 ggr/år mellan beställare och Måltidsservice som ett led att kontinuerligt följa upp, utveckla och skapa engagemang kring måltiden. Kökschef är ansvarig som sammankallade till matråd.
- Verksamhetsträffar (Fokusgrupp) genomförs 2 ggr/år mellan verksamhetsansvariga, Kostchef, MAS, kökschefer inom vård och omsorg för att följa upp, utveckla och skapa engagemang kring måltiden. Kostchef är ansvarig som sammankallade.
- En gästenkät kopplat till frågor om mat, miljö, service och bemötande utförs vartannat år av Måltidsservice bland Vård- och Omsorgs gäster. Resultatet utvärderas tillsammans med beställare i strävan att förbättra och utveckla måltider och dess miljö

Hållbar

- Personal från Vård- och omsorg samt måltidspersonal arbetar med matavfallsmätning som metod för minskat matsvinn vilka utvärderas 1 ggr/År. Matavfall ska minimeras vid planering, tillagning och vid servering maten.

³ Säkerställande av rutiner för god hygienpraxis gällande hantering av livsmedel och servering av måltider.

Lagstiftning och rekommendationer kring mat och måltider

Livsmedelslagen www.riksdagen.se

Skollagen www.riksdagen.se

Socialtjänstlagen (SoL) www.riksdagen.se

Hälsa- och sjukvårdslagen (HSL) www.riksdagen.se

Lag om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS), www.riksdagen.se

Lagen om offentlig upphandling (2007:1 091) LOU www.riksdagen.se

Upphandlingsmyndigheten www.upphandling.se

Rättvisemärkt, kriterier för Fairtrade City

Måltidsmodellen, www.slv.se

Nordiska Näringsrekommendationer (NNR2012), www.slv.se

Bra mat i förskolan, www.slv.se

Bra mat i skolan, www.slv.se

Bra mat i äldreomsorgen, www.slv.se

(Nya uppdaterade råd kommer vid årsskiftet 2017/2018)

Uppmuntra till bra måltider, www.slv.se

Svalöv kommuns kommungemensamma intyg vid födoämnesallergi,
www.svalov.se/måltidsservice