

LULEÅ KOMMUN

••• Riktlinjer för måltider



Barn- och utbildningsförvaltningen



Dokumenttyp	Ärendnr	Fastställd	Giltighetstid
Riktlinjer		2020-01-17	
Dokumentansvarig	Senast reviderad	Beslutsinstans	Dokument gäller för
Måltidsservice		Skolchef	Barn- och utbildningsförvaltningen



Riktlinjer för måltider inom Barn- och utbildningsförvaltningen, Luleå Kommun

Måltidsstrategin¹ berör samtliga verksamheter inom Barn- och utbildningsförvaltningen. Riktlinjerna är baserade på den politiskt beslutade Måltidsstrategin. I dessa riktlinjer avser benämningen skola samtliga skolformer, dvs förskola, grundskola, grundsärskola, gymnasium och gymnasiesärskola.

Måltidsservice utarbetar riktlinjer för verksamheten baserat på måltidsstrategin:

- maten som serveras är god, säker och näringsriktig
- måltiderna ska vara trivsamma och ge barnen en positiv upplevelse
- landets egen matkultur bevaras och lära känna andra matkulturer
- måltiden skapas och distribueras med hänsyn till vår miljö

Sammantaget ger det hållbar utveckling och goda matvanor som leder till hälsosamma val.

Enligt livsmedelslagstiftningen är Barn- och utbildningsnämnden livsmedelsföretagare och därmed ytterst ansvarig för att livsmedelslagen följs. Det innebär att förutom beslut om hur mycket maten får kosta har också nämnden ansvar för planering, upphandling, riktlinjer, tillagning av måltider mm.

Näringsriktig och kostnadsfri

Skolmåltiderna är näringsriktiga och kostnadsfria² och följer nordiska näringsrekommendationer³ som har vetenskaplig grund. Detta finns reglerat i skollagen för grundskolan. Barn- och utbildningsnämnden i Luleå kommun har beslutat att lunchen ska vara näringsriktig och kostnadsfri för barn/elever i alla skolformer⁴. Enligt FN:s barnkonvention har barn rätt till rent vatten, näringsriktiga måltider och kunskap om näringsriktig mat⁵.

God hälsa på lika villkor för hela befolkningen är det övergripande folkhälsomålet i Sverige⁶. Vad vi äter, när vi äter och hur våra måltider ser ut påverkar vår hälsa både idag och resten av våra liv⁷. Även i det arbetet har skolan och den offentliga måltiden enastående möjligheter att på ett positivt och naturligt sätt främja goda matvanor hos barn/elever i alla åldrar.

¹ Strategi för måltidsverksamhet, 2017/518-3.8.1.6

² Skollagen 2010:800 kap 9 8§, kap 10-13 10§

³ Nordiska näringsrekommendationer (NNR) 2012

⁴ Beslut Barn- och utbildningsnämnden 2017/518

⁵ Barnkonventionen artikel 24, 2 c och e

⁶ Folkhälsomyndigheten Folkhälsopolitikens mål

⁷ Agenda 2030 Globala målen



Dagens goda höjdpunkt

Maten ska vara god och trivsamt, lunchen kan vara dagens höjdpunkt. Goda och bra måltider bidrar till matglädje och en trivsamt stämning. Menyn ska locka till att prova nya maträtter men även locka till att prova nya upplevelser av smak och konsistens.

Måltider som serveras i en trivsamt, avkopplande miljö med rätt ljudnivå serverad på ett trevligt sätt, ger förutsättningar för en god måltidsmiljö.

I "Pedagogiska riktlinjer vid ny- om/tillbyggnation" som gäller förskolan framgår att måltiden ska vara en möjlighet för kulturmöten och ha fokus på hållbar utveckling. Det innebär exempelvis att vi arbetar för:

- Gemensamma bistro/restauranger med bufféservice
- Vid bufféservice kan man ha fler alternativ av sallader och två alternativ av mat vilket bidrar till att locka barnens sinne och våga smaka på maten.
- Viktigt att tänka på möblering i matsalar, att rymden finns, men ändå avskildhet runt borden och ljuddämpande material i möbler och golvmattor.
- Tillgång till källsortering

Mat och miljö

Barn- och utbildningsförvaltningen ska arbeta kontinuerligt för att minska miljöbelastningen genom att källsortera och göra miljövänliga val av produkter och utrustning. Vad vi äter påverkar både hälsan och miljön. Livsmedelskedjan har en stor miljöpåverkan. Målsättningen är att kunna upphandla och utöka sortimentet av ekologiska, svenska och närproducerade livsmedel som är av god kvalitet och tar hänsyn till hållbarhet.

Bra livsmedel kan minska skolmåltidens belastning på miljön genom att tex:

- hålla nere mängden kött och öka mängden vegetabilier (proportionen i grytan)
- byta ut en kötträtt mot ett vegetabilisk alternativ 1ggr/vecka
- välja kött som har så lite negativ påverkan på miljön som möjligt
- välja fisk som är MSC-certifierad
- välja frukt och grönsaker som tål att lagras
- servera ris mer sällan och istället erbjuda svenska matgryner
- välj flytande och bredbara matfetter, raps- och olivolja
- minimera palmolja och när det behövs använd certifierad palmolja.

Verksamheten ska arbeta för att minska och följa upp matsvinnet i enlighet med en hållbar utveckling. Det kan ske genom att sänka temperaturen i kylar, inventera regelbundet, kolla bäst-före-datum, ta till vara överproducerad mat som serveras vid annat tillfälle eller används i annan maträtt. Se över så att lagom mängd mat finns framme i bufféserveringen vid serveringens slut.



Livsmedelsavtal

Samtliga livsmedel som köps in till verksamheten är upphandlade enligt lagen om offentlig upphandling. Livsmedelsavtalet upphandlas med en viss regelbundenhet och omfattar hela kommunen. Kommunen använder sig av Upphandlingsmyndighetens kriterier.

Höga krav ställs på svenskt djurskydd och livsmedelstransporter.

Av de totala livsmedelsinköpen ska minst 25% vara ekologiska produkter. För att säkerställa detta så är några varor och livsmedelsgrupper upphandlade som ekologiska. Ekologiska livsmedel ex grönsaker och frukt, väljs enligt säsong och när priset medger. Vissa livsmedel är upphandlade Fairtrade som en del i social och ekonomisk hållbarhet.

Menyplanering

Vid menyplanering utgår verksamheten ifrån vetenskapliga råd kopplade till livsmedelsval, hälsa och hållbarhet men även ekonomi och arbetsmiljö. Det innebär bland annat att andelen vegetabiliska livsmedel ökar som exempelvis baljväxter, grönsaker och rotfrukter. För att säkerställa energi och näringsinnehåll i måltiderna utformas recept utifrån verksamhetens behov. Recept och meny näringsvärdesberäknas via kostdatasystem och anpassas utifrån gällande rekommendationer.

Samma meny gäller i alla skolformer för att kunna erbjuda likvärdiga måltider för alla barn/elever.

Integrerade måltider en del av utbildningen

Ett gott samarbete mellan olika verksamheter inom skolan är positivt för att eleverna ska uppnå målen. Måltiderna i skolan kan användas i skolans undervisning och vara en arena där många av skolans ämnen samspelar i praktiken⁸. Genom måltidspedagogik integreras mat och måltider i det pedagogiska arbetet.

Måltiderna är varje dag ett läromedel som doftar, smakar och berör.

Att tillsammans med barnen/eleverna äta pedagogiska måltid är en del av utbildningen.

Se även rutin Måltider och pedagogiska måltider på intranätet

Måltidsservice verksamhet

Majoriteten av köken är tillagningskök som tillagar och serverar måltider.

Produktionskök tillagar och serverar måltider samt levererar mat till mottagnings- och serveringskök. Mottagningskök tar emot huvudkomponenten och tillagar delar av måltiden som t ex pasta, ris, potatis samt grönsaker.

Serveringskök tar emot samtliga komponenter i måltiden.

Arbetet inom Måltidsservice kräver kompetens inom en rad områden för säker mat, livsmedelshygien och specialkost, kännedom om livsmedel samt dess tillagning. Ett gott bemötande är viktigt för en god upplevelse av måltiden.

⁸ Läroplan för grundskolan Lgr 11



Måltiderna

Rekommenderade serveringstider

	Frukost	Mellanmål	Lunch	Mellanmål
Förskola	7.45-8.15	10.00 (1-2 åringar)	11.00-11.30	14.00-15.00
Grundskola inkl särskola	7.00-7.30		11.00-13.00	14.00-15.00
Gymnasiet inkl särskola			11.00-13.00	

Pedagogisk personal medföljer barn/elever, gäller ej gymnasiet.

Frukost och mellanmål

Om antalet barn i fritidsverksamheten understiger tio hämtas livsmedel för frukost/mellanmål i restaurangen och intas i verksamheten.

Se separat rutin för frukost och mellanmål på intranätet

Lunch

Måltiden planeras utifrån nordiska näringsrekommendationer och ger cirka 30% av dagsbehovet av såväl energi som näringsämnen. Måltiden ska innehålla varmrätt, grönsaker både råa och/eller tillagade, mjölk och vatten samt bröd med matfett. Salladsbuffén i restaurang och bistro varieras efter säsong och pris samt innehåller rotfrukter och grönsaker, minst fem komponenter, varav en ska vara baljväxter. Salladsdressing baseras i huvudsak på olja och vinäger. Salladsbuffén ska placeras så att gästen tar grönsakerna före varmrätten vid bufféserving. Serveras två varmrätter i buffén placeras den vegetariska rätten först.

Alla bör verka för schemalagd lunch, vilket kan minska stress i bistro/restaurang, få fler ätande elever, bidrar till trevligare och lugnare måltidsmiljön och mindre matsvinn. Schemalagd lunch innebär att lunchmåltiden ses som en lektion som planeras avskilt från rast⁹.

Bufféserving ger likvärdiga måltider, självständiga barn samt har kostnadseffektiva och arbetsmiljömässiga fördelar. Vid avsaknad av bufféserving erbjuds ett begränsat utbud av antal maträtter och sallader.

⁹ Skolverkets hemsida Skolmåltiden – en viktig del av en bra skola.



Som en del i att vara en hållbar kommun serveras vegetarisk lunch en dag/vecka i alla skolformer¹⁰. I grund- och gymnasieskolan serveras senast år 2022 dagligen två rätter, varav ett alternativ är vegetariskt.

se separat rutin Beställa utflyktsmat på intranätet

Festliga tillfällen och traditioner

I de flesta kulturer firas högtider och andra tillfällen genom att äta tillsammans. I en välplanerad meny finns det även plats för festmat. Verksamheterna firar enskilda barn/elever på annat sätt än med mat. Att förskolan/skolan ansvarar för firandet medför att föräldrar inte tar med egen förtäring med hänsyn till allergiker och det ges samma förutsättningar för alla barn.

Maten är en viktig del av vårt kulturarv. Menyn utformas för att föra våra svenska maträtter vidare men även erbjuda maträtter från andra länder. Det utmanar våra elever att prova nya rätter och för att våra elever med utländsk bakgrund ska känna igen sig.

Säker

Måltidsservice arbetar efter livsmedelslagen¹¹ och har kunskap om livsmedelssäkerhet och rutiner för säker mathantering. Alla som vistas i köket ska vara friska och följa hygienrutiner.

Vårdnadshavare ansöker om specialkost via digital e-tjänst för att säkerställa att rätt mat serveras och ansvarar för att meddela rektor/pedagogisk verksamhet om beviljad specialkost.

Specialkost, se separat rutin, se e-tjänst lulea.se

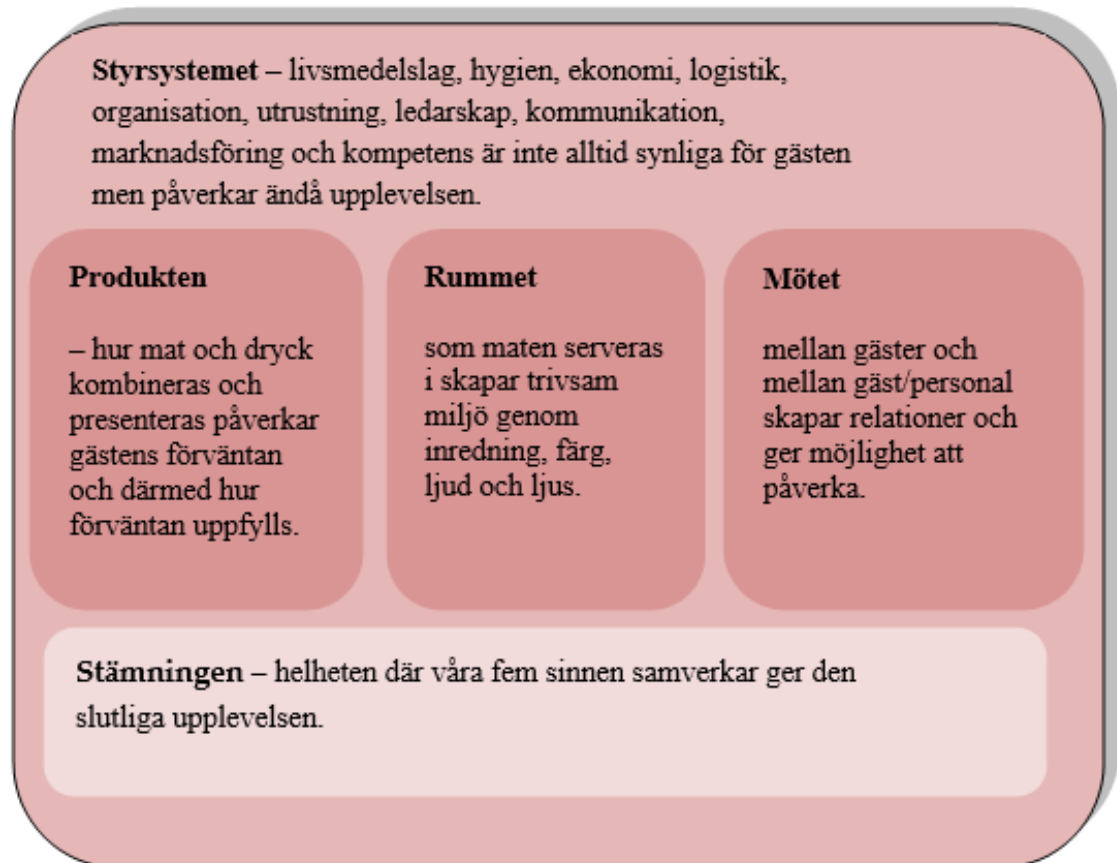
För att undvika allergiska reaktioner förekommer inte nötter, mandel och jordnötter i Måltidsservice kök.

¹⁰ Beslut Kommunfullmäktige Ärendenr 2014/983

¹¹ Livsmedelslagen 2006:804

FAMM – Five Aspects of Meal Modell

För att en matgäst ska bli nöjd behövs mera än maten på tallriken. Det är en hel måltidsupplevelse som det handlar om¹²¹³



Måltidsmodellen

Måltidsmodellen ger ett helhetsperspektiv på bra måltider och kan användas vid planering och uppföljning av den offentliga måltidsverksamheten. Modellen består av sex olika områden, som alla är viktiga för att matgästerna ska må bra av maten och känna matglädje¹⁴

¹² Gustafsson, Inga-Britt et al. (2006). The Five Aspects Meal Model: a tool for developing meal services in restaurants. Örebro universitet.

¹³ Dahlgren, Susanne. (2010) Skolmaten "så här vill vi ha det" säger gymnasieelever. Göteborgs universitet, Magisteruppsats 15hp

¹⁴ Livsmedelsverket



Tallriksmodellen



Tallriksmodellen är ett hjälpmedel för att lära barn/elever hur en bra måltid ser ut. Modellen visar innehållet i en hel måltid och proportioner mellan de olika komponenterna på tallriken.¹⁵

¹⁵ Livsmedelsverket