



Kostpolicy

Inom förskola, skola, stöd och omsorg

Inledning

Maten och måltiden är inte bara livsviktig utan även grunden till välmående, god hälsa och en känsla av livskvalitet. Det är en viktig del i människors vardag som ger tid för avkoppling, gemenskap och välbefinnande. Maten och måltiden skall vara ett av livets stora glädjeämnen.

Valdemarsviks kommun serverar dagligen, året runt, måltider till barn, elever, vuxna och äldre inom måltidsverksamheterna i förskola, skola, fritidshemsverksamhet och omsorg. Kommunens ambition är att måltiderna skall vara en höjdpunkt på dagen värd att se fram emot. Det ska vara ett positivt avbrott i vardagen och bidra till glädje, gemenskap och meningsfullhet. Måltiden skall vara miljömässigt och socialt hållbar samt tas tillvara som en integrerad del i verksamheten, exempelvis i pedagogiken eller i omvårdnaden. Till exempel kan olika teman i undervisningen, traditioner, årstider och högtidsdagar uppmärksammas i samband med måltiderna.

De som planerar, tillagar och serverar måltider i Valdemarsviks kommun ska erbjuda mat som är god, näringsriktig, säker och inbjudande. Maten skall vara variationsrik och lagad från grunden så långt det är möjligt med hög andel ekologiska och närproducerade råvaror.

Goda, säkra och näringsrika måltider ger nöjda matgäster och stolt personal. I Valdemarsviks förskolor och skolor skall måltiderna ge alla, oavsett bakgrund, möjlighet till bra matvanor och det är en viktig del i arbetet för jämlik hälsa. Bra mat som hamnar i magen ger barn energi att utvecklas, leka och lära. Måltiderna har också goda möjligheter att främja bra matvanor, väcka nyfikenhet och en sund inställning till mat.

Kost och nutritionsfrågor inom vård och omsorg samt matens betydelse för hälsa och livsglädje har en grundläggande betydelse under livets alla faser. Det är även en indikator för kvalitet i verksamheten.

Inom omsorg och vård i Valdemarsvik ska måltiden bidra till god livskvalitet och god hälsa, gemenskap och glädje. Hos många äldre har maten en stor betydelse för att förebygga undernäringstillstånd och stor hänsyn skall tas till den enskildes hälsa och välbefinnande.

Kostverksamheten följer Livsmedelsverkets rekommendationer "Bra måltider i förskolan", "Bra måltider i skolan" och "Bra måltider i äldreomsorgen". Livsmedelsverkets måltidsmodell ger ett helhetsperspektiv på bra måltider och används vid planering och uppföljning av måltiderna. Modellen består av sex olika områden, som alla är viktiga för att matgästerna ska må bra av maten och känna matglädje.





- God och trivsamt – Maten ska vara variationsrik och välsmakande med rätt tillbehör. Fri från onödiga tillsatser och anpassad till smak och har en sammansättning som är anpassad för de olika åldersgrupperna. Vid måltiderna är det viktigt att det råder en lugn och stressfri miljö, att det är dukat på ett inbjudande sätt och att personalen är engagerad och närvarande inom såväl kostenhet som skola/förskola som inom omsorg och äldreboenden.
- Näringsriktig och säker - matsedlarna ska vara näringsberäknade och möjlighet till full spårbarhet av livsmedel skall finnas.
- Hållbar – måltiderna ska bidra till en hållbar utveckling. Förutom att välja rätt livsmedel är samordning av transporter till och från köket, minskad energianvändning samt källsortering av avfall och minskat matsvinn exempel på åtgärder som Valdemarsviks kommun aktivt och kontinuerligt arbetar med.
- Integrerad - måltiden ska tas tillvara som en resurs i verksamheten, exempelvis i den pedagogiska verksamheten eller i omvårdnaden på äldreboenden.

Syfte

Kostpolicyn är ett politiskt förankrat program som ska bidra till ett gemensamt förhållningssätt till mat, måltider och måltidsmiljöer i Valdemarsviks kommun. Kostpolicyn ska vara ett verktyg för kvalitetssäkring för dem som tillagar, hanterar och serverar mat eller möter matgäster i sitt arbete, samt vid beslutsfattande i kostfrågor. Den ska bidra till att varje måltid är god, vällagad, näringsberäknad och planerad utifrån ett hållbarhetsperspektiv.

Kostpolicyn klargör rättigheter och ansvar kring måltids- och kostfrågor hos personal inom kostenhet, förskola, skola och omsorg.

Kostpolicyn utgår från relevanta styrande dokument och målområden såsom strategin för en god och jämlik folkhälsa i Valdemarsvik, kommunens inköps- och upphandlingspolicy, den regionala livsmedelsstrategin Östergötland, livsmedelslagen, svensk djurskyddslagstiftning, socialtjänstlagen, skollagen samt hälso- och sjukvårdslagen.

Målgrupp

Kostpolicyn riktar sig till alla som på något sätt handhar och tar del av kommunens mat eller måltider.

Koppling till övergripande mål

Kostpolicyn har anknytning till Valdemarsviks kommuns inriktningsmål *Den klimatsmarta och miljöklora kommunen*. Andelen inköp av ekologiska och närproducerade livsmedel ska fortsatt ligga på hög nivå. Matavfallet från produktion och servering ska uppgå till max 20 g per matgäst. Följs upp och redovisas kvartalsvis

Utöver detta övergripande mål medför Kostpolicyn även ett antal riktlinjer för måltidsverksamheten. Riktlinjerna är indelade i fyra områden:

1. Måltider

- Matsedlar är säsongsanpassade



- Måltider tillagas, levereras och serveras enligt den måltidsordning och vid de tider som rekommenderas av Livsmedelsverket
- Måltiderna är så långt det är möjligt tillagade från grunden
- Måltiderna är tillagade och anpassade efter varje åldersgrupp
- Kyckling/köttprodukter av svenskt ursprung väljs i första hand
- Fisk och skaldjur är MSC-märkta
- Bananer, kaffe och te är ekologiska och rättvisemärkta
- All frukt är i mån av tillgång ekologisk
- Närproducerade råvaror väljs så långt det är möjligt. (Närproducerade är livsmedel som är producerade inom en radie av ca 20 mil med nav i Linköping)
- Det ska finnas minst två rätter att välja på varje dag varav en vegetarisk rätt.
- En dag i veckan ska matsedeln i skola och förskola vara helt vegetarisk
- Närproducerat viltkött ska serveras minst en gång i månaden.
- Vid servering av frukost och mellanmål i skola och förskola ska tonvikten ligga på smörgås med pålägg, osötad mjölkprodukt med flingor/gryn och frukt eller bär.
- Förskola och skola ska sträva efter att vara helt sockerfri.
- Vid planering av måltider till äldreboenden och hemtjänst ska extra fokus ligga på vanor, preferenser och önskemål från de äldre.

2. Säkerhet

- Måltiderna ska vara näringsberäknade
- Nötter, jordnötter, mandel och sesamfrö får ej serveras i skola och förskola
- Regler avseende ansvar i Livsmedelslagstiftningen ska vara välkända och följas av alla som hanterar livsmedel
- Spårbarhet är ett krav vid upphandling och inköp som gör det möjligt att följa och spåra livsmedel.
- Personalen får fortlöpande kompetensutveckling avseende områden som omfattas i livsmedelslagstiftningen.
- All personal har kunskap om och arbetar med någon del av kommunens egenkontrollprogram, arbetsmiljöpolicy och hygienregler.
- Intyg om specialkost lämnas till köket och eventuell matsal för att säkerställa att rätt kost tillagas till personer med medicinsk relaterad specialkost eller att rätt konsistensanpassad kost tillagas till rätt person.

3. Kvalitet

- Matsedlar, maträtter och miljön i matsalarna skall i största möjliga utsträckning anpassas efter de olika kategorierna av matgästers behov, önskemål och vanor.
- Livsmedlen är spårbara, håller hög kvalitet och inhandlas endast av upphandlad leverantör.
- Maten tillagas så långt det är möjligt från grunden och så nära matgästerna som möjligt.
- Uppläggningsen skall vara utseendemässigt aptitlig, bufféer skall hållas uppfyllda och rena
- Pedagogiska måltider där personal sitter vid samma bord, äter samma mat samt pratar mat och miljö runt mat och matvaror med elever skall finnas. Pedagogiska måltider även hos äldre bidrar till en positiv stund hos bland annat personer med demenssjukdomar.
- Miljön i matsalar skall under hela serveringstiden vara inbjudande och trivsamt med påfyllda serveringsfat/kantiner för att ge en positiv helhetsupplevelse av måltiden.
- Matråd ska hållas minst två gånger per år och består av personal från kök/kostenhet, skola alt omsorg samt elever, skolpersonal respektive brukare.
- Bemötandet mellan personal och matgäster ska vara trevligt och respektfullt



4. Hållbarhet

- Säsongsanpassade matsedlar framställs under goda etiska förhållanden och medför så låg miljöpåverkan som möjligt.
- Arbete med minskat matavfall i alla kök
- Vid upphandling av livsmedel ska hållbarhetskrav på minst basnivå gälla för djurskydd, miljöskydd och i folkhälsoaspekt.
- Vid upphandling av transporter ställer vi utökade krav på minskade koldioxidutsläpp
- Succesivt ska andelen vegetabilier öka
- Kyckling/köttprodukter av svenskt ursprung väljs i första hand
- Fisk och skaldjur är MSC-märkta
- Bananer, kaffe och te är ekologiska och rättvisemärkta
- All frukt är i mån av tillgång ekologisk
- Närproducerade råvaror väljs så långt det är möjligt. (Närproducerade är livsmedel som är producerade inom en radie av ca 20 mil med nav i Linköping)

Uppföljning

- Måltidsverksamheten utvärderas kontinuerligt via enkäter till elever, brukare och medarbetare inom kostverksamheten.
- Kostpolicyn ska stämmas av vartannat år med start 2022.

Mer information

<https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyror/bra-maltider-i-skolan.pdf>

<https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2016/bra-maltider-i-forskolan---hanteringsrapport-2016.pdf>

<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-vard-skola-och-omsorg/aldreomsorg>

<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad-och-matvanor/naringsrekommendationer?AspxAutoDetectCookieSupport=1>

<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-vard-skola-och-omsorg/maltidsmodellen?>