



POLICY

Datum
2017-03-07

Dnr
2016/000964-622

Beslutande
Kommunstyrelsen § 39
2017-03-07

Beteckning

Giltighetstid
2017-04-01

Aktualitetsprövning/revidering senast
2020

Dokumentansvarig
Johan Miedl
Kostchef

Handbok

Dokumentkategori

- Författningssamling
- Övergripande styrdokument
- Verksamhetseget dokument

Dokumentkoppling

Kostpolicy med riktlinjer

Maten ska engagera alla sinnen, se god ut, dofta gott och vara en höjdpunkt på dagen. Det ska vara både njutning, nödvändig näring och ge energi. Maten och måltiderna ska skapa förutsättningar för att vi ska hålla oss friska och kunna behålla en så god livskvalitet som möjligt.

Mörbylånga kommun har en enhetlig måltidsverksamhet för förskola, skola, äldreboende och dagverksamhet.

Vision

Vi erbjuder våra gäster och kunder en god, varierad och näringsriktig kost tillagad av bra råvaror där stor del är närproducerade/ekologiskt odlade. Maten ska till största delen lagas från grunden.

Målsättningar

God, hälsosam och näringsriktig kost

- Vi erbjuder näringsrik, omväxlande och god kost som täcker behovet av energi och näring enligt gällande rekommendationer.

Trevlig måltidsmiljö

- Ett ömsesidigt trevligt och respektfullt bemötande ger en positiv upplevelse och atmosfär vid måltiden.
- En trivsamt måltidsmiljö uppnås genom samarbete och möjlighet till inflytande.
- Vid den pedagogiska måltiden är den anställda en förebild.
- Matglädjen främjas genom samtal och samvaro i en trygg miljö.

Hållbar utveckling

- Måltiderna ska främja en hållbar utveckling utifrån fyra dimensioner – miljömässig, ekonomisk, etisk och kvalitetssäkrad hållbarhet.

Till denna kostpolicy finns riktlinjer framtagna som syftar till att säkerställa att kostpolicyns intentioner följs samt att tydliggöra vad som kan förväntas som gäst, kund eller anställd i verksamheten. Riktlinjerna tydliggör också den ansvarsfördelning som finns mellan olika yrkeskategorier.

Riktlinjer för förskola och skola

God, hälsosam och näringsriktig måltid

- I vårt arbete med förskolans och skolans måltider följer vi i stort Livsmedelsverkets riktlinjer ”Bra mat i förskola” och ”Bra mat i skolan”.
- Måltiderna som erbjuds är frukost, lunch och mellanmål. Vid utflykter kan även utflyktsmat beställas av verksamheterna.
- Vi har en varierad matsedel som erbjuder såväl husmanskost som nya influenser. Alla maträtter i matsedeln är näringsberäknade och anpassade för årstiden.

Frukost

Frukosten skall motsvara 20-25 % av dagsbehovet av energi och näringsämnen.

Den dagliga frukosten ska bestå av:

Ekologisk mjölk
Färsk frukt och någon grönsak
Mjukt bröd
Knäckebröd
Två sorters pålägg

Frukosten kommer dagligen kompletteras med fil, yoghurt eller gröt. Vid servering av fil eller yoghurt skall även flingor, havrekuddar eller müsli ingå. Till gröt serveras bär eller fruktmos.

En dag i veckan serveras hemmagjord chokladmjölk och ägg.

Ett dokument med förslag på olika frukostalternativ finns uppsatt i varje kök.

Lunch

Lunchen motsvarar cirka 30 % av dagsbehovet av energi och näringsämnen. Alla förskolor och skolor följer samma matsedel. Maten lagas till största delen från grunden.

Till lunchen serveras sallad/råkost, hårt eller mjukt bröd, vatten och ekologisk mjölk.

Salladsbordet på våra skolrestauranger ska vara varierande, säsonganpassat och alltid bestå av minst fem olika komponenter. På förskolorna skall minst tre olika komponenter erbjudas.

Vi har hembakat bröd när vi serverar soppa eller sallad till lunch. Till detta erbjuds passande pålägg.

Vid behov av specialkost styrks detta med intyg från läkare och föräldrar. Specialkosten ska vara så lik den ordinarie maträtten som möjligt.

Mellanmål

Mellanmålet motsvarar ca 15-20 % av dagsbehovet av energi och näringsämnen. Grunden är att mellanmålet ger barnen energi till dess att de får middag hemma. Då det serveras soppa eller sallad till lunch ska vi alltid erbjuda ett förstärkt mellanmål.

Det dagliga mellanmålet ska bestå av:

Ekologisk mjölk
Färsk frukt och någon grönsak
Mjukt bröd
Knäckebröd
Två sorters pålägg

Två gånger per vecka serveras även yoghurt, filmjölk eller smoothies. Vid de tillfällena kompletteras mellanmålet med passande flingor eller bär.

Förstärkt mellanmål kan bestå av:

Gröt med mjölk och bär eller fruktmos
Matigare pålägg

Någon gång per termin serveras pannkakor eller korv med bröd.

Indikatorer för uppföljning

- En gång per termin kallar kostenheten till matråd och stämmer av med valda matradsrepresentanter och personal hur maten upplevs samt tar emot förslag på förbättringar från barn och personal.
- Matsedeln näringsberäknas en gång per år. Man väljer en bestämd period och följer upp hur planerade maträtter ligger till näringsmässigt.

Trevlig måltidsmiljö

Måltidsmiljön i skolan

- Luncherna är schemalagda så att matgästerna (eleverna) får äta i lugn och ro.
- Alla hjälps åt att hålla rent och snyggt, skolan ansvarar för att det finns ett schema där eleverna hjälper till att torka borden efter sig.
- Maträtterna serveras på ett aptitligt och färgrikt sätt.

Bemötande

- Kostverksamheten skall förmedla matglädje till våra matgäster genom ett tydligt kvalitets- och servicetänkande.
- Vett och etikett och givna trivselregler står i fokus.

Pedagogiska måltider och samverkan

- Den pedagogiska måltiden är en viktig del i en trivsamt måltid, där barn och elever uppmuntras till att våga smaka på all mat och äta sig mätta.
- Matråd finns på alla enheter och möten en gång per termin.
- Samverkan ska ske på olika plan, till exempel matvärdar, studiebesök i köken, information på föräldramöten med mera.

Indikatorer för uppföljning

- En gång per termin kallar kostenheten till matråd och stämmer av med valda matradsrepresentanter och personal hur måltidsmiljön upplevs och tar emot förslag på förbättringar från barn och personal.

Riktlinjer för äldreomsorg

God, hälsosam och näringsriktig måltid

- Inom äldreomsorgen ska arbetet med måltiderna särskilt fokusera på att förebygga undernäring och verka för god livskvalité. Maten och måltiderna anpassas efter den äldres individuella behov och önskemål. Vid behov ska matens konsistens anpassas.
- I vårt arbete med äldreomsorgens måltider följer vi Socialstyrelsens riktlinjer och rekommendationer från Livsmedelsverket.

- Måltiderna som erbjuds är frukost, lunch och middag. Vårdpersonalen ska även erbjuda fika mellan måltiderna. Måltiderna ska vara jämt fördelade över dagen.
- Äldreomsorgens matsedel är anpassad för de äldre och maträtterna är näringsberäknade och anpassade för årstiden och öns lokala traditioner.
- Vårdpersonalen ansvarar för att beställa maten till den äldre efter sjuksköterskans ordination. De ansvarar även för att rekommenderade tidpunkter hålls för de olika måltiderna.
- Det är även viktigt att nattfastan, det vill säga mellan sista kvällsmålet och frukosten, inte blir för lång. Den bör inte överstiga elva timmar enligt rekommendationer. En kommunikation mellan dag-, kvälls- och nattpersonal är viktig så att man kan samarbeta runt den äldres kost och göra det som blir bäst för den enskilda individen.

Måltidsfördelning

- Morgonmål Vid önskemål eller behov
- Frukost Från klockan 08.00
- Mellanmål Cirka klockan 10.30
- Lunch Cirka klockan 12.30
- Mellanmål Cirka klockan 14.30
- Kvällsmat Cirka klockan 17.30
- Kvällsmat Från klockan 20.00
- Nattmål Vid önskemål eller behov

Specificerat måltidsinnehåll

Frukost

- Kaffe och/eller te, socker och grädde
- Ekologisk mjölk och/eller ekologisk yoghurt eller fil
- Mjukt och/eller hårt bröd med ost eller köttpålägg
- Juice och/eller frukt
- Grönsak
- Gröt, en sort per dag som beställs från köket
- Ägg
- Sill, någon gång per vecka
- Stekt ägg, bacon eller korv vid särskilda tillfällen

Lunch

Lunchen ska innehålla kött, fisk, fågel eller vegetariskt alternativ samt:

- Potatis, pasta eller ris
- Grönsaker

- Bröd och smör
- Måltidsdryck, till exempel mjölk, lättöl, mineralvatten eller saft
- Passande tillbehör, till exempel lingonsylt, rödbetor, inlagd gurka, senap, ketchup eller gelé

Efterrätt ska alltid ingå i lunchen för samtliga omsorgstagare.

Middag

Middagsmålet kompletterar lunchmålet och ska innehålla:

- Kött, fisk, fågel eller vegetariskt alternativ
- Potatis, ris eller pasta
- Grönsaker
- Bröd och eventuellt köttpålägg eller ost
- Måltidsdryck, till exempel mjölk, lättöl, mineralvatten eller saft
- Passande tillbehör, till exempel lingonsylt, rödbetor, inlagd gurka, senap, ketchup eller gelé

Mellanmål

Vid mellanmål och kvällsmål ska alla kunna erbjudas:

- Dryck såsom kaffe, te, choklad, juice, saft, mineralvatten eller ekologisk mjölk
- Smörgås, bulle, skorpa, kaka
- Frukt
- Glass, ekologisk yoghurt eller filmjölk
- Nyponsoppa eller annan soppa
- Välling
- Smoothie

Indikatorer för uppföljning

- En gång per halvår kallar kostenheten till kostråd och stämmer av med avdelningarnas kostombud hur maten upplevs.
- Matsedeln närings beräknas en gång per år. Man väljer en bestämd period och följer upp hur planerade maträtter ligger till näringsmässigt.

Trevlig måltidsmiljö

Måltidsmiljön

- Kostverksamheten ansvarar för att laga maten.
- Omsorgsverksamheten ansvarar för att måltidsmiljön är trevlig. Dukning ska göras på ett inbjudande och varierat sätt.
- Måltiden och hjälpmedel anpassas utifrån den enskildes behov.
- Helger och högtider uppmärksammas extra med festlig mat och dukning.

Bemötande

- Kostverksamheten ska förmedla matglädje till våra kunder genom ett tydligt kvalitets- och servicetänkande.
- Vett och etikett och givna trivselregler står i fokus.
- Våra kunder finns i fokus och kost- och vårdpersonal samverkar med de äldres bästa i fokus.

Pedagogiska måltider och samverkan

- Vid den pedagogiska måltiden är vårdpersonalen en förebild.
- Matglädjen främjas genom samtal och samvaro i en trygg miljö.

Riktlinjer för en hållbar utveckling inom skola, förskola och äldreomsorg

Upphandling av livsmedel

Vid upphandling av livsmedel görs de bästa valen utifrån miljömässig, ekonomisk, etisk och kvalitetssäkrad hållbarhet. För att värna om miljön görs en medveten ökning av användningen av vegetabilier i maten. Inköpen av frukt, grönsaker och rotfrukter ska anpassas efter säsongen i möjligaste mån. Vårt mål är att snarast öka andelen närproducerade/ekologiska livsmedel, dock senast 2020, och närproducerade produkter ska väljas före importerade ekologiska produkter när så är möjligt. Vid upphandling av animaliska produkter ska dessa vara producerade minst enligt svensk djurskyddslagstiftning och djuromsorgskrav.

Matsvinn

Avfallet från köken källsorteras.

Mängden mat som sätts fram motsvarar den som beräknas gå åt under serveringen.

Tät kommunikation mellan tillagningskök, mottagningskök och personal vid särskilda boenden för att minska matsvinnet.

Lagringstemperatur optimeras för en ökad hållbarhet på livsmedlen.

Tillagningsrester kyls snabbt och tillvaratas på ett korrekt sätt.

Skolan och förskolan ansvarar för att rapportera in frånvaro till köken.

Säkerhet

Måltidspersonalen utbildas kontinuerligt i livsmedelshygien och specialkost. Måltidspersonalen ansvarar för att egenkontroll sköts.

Måltidspersonalen ser till att vi har bra rutiner för märkning av livsmedel i köken.

Maten vid våra skolor och förskolor innehåller INTE jordnötter, nötter, sesamfrön och mandel.

Det finns tydliga rutiner och bra introduktion till nyanställda och vikarier.

Kompetensutveckling

Kostenhetens personal skall ha goda kunskaper om måltidens betydelse för barn, elever och äldre samt kunskap om specialkost och överkänslighet.

Kompetensutveckling skall ske fortlöpande inom relevanta områden för att upprätthålla kunskapen och följa utveckling och forskning.

Indikatorer för uppföljning

- Kostchef ansvarar för att kontinuerligt, vartannat år, ha utbildning i livsmedelshygien.
- En gång per läsår genomför varje skolkök en mätning av matsvinnet.