

Livsmedels- och måltidspolicy

Innehåll

Sammanfattning	3
Syfte	3
Näring i utbildnings – och vuxenutbildningens verksamhet.....	4
Näring i äldreomsorgen.....	5
Näring i socialomsorgen	6
Måltidsmiljö.....	7
Kvalitet.....	7
Hållbar utveckling.....	8

Livsmedels- och måltidspolicy dnr:
Fastställd av Kommunfullmäktige 2018-11-26
Dokumentansvar: Kostenheten, Utbildningskontoret.

”Alla matgäster, men även vårdnadshavare och anhöriga, ska känna en trygghet i att det serveras välsmakande och näringsriktigt väl sammansatta måltider inom Södertälje kommuns verksamheter. Maten som serveras ska vara säker avseende specialkost och livsmedelshygien. Den ska vara framställd under goda etiska förhållanden och med så låg miljöpåverkan som möjligt.”

2018-11-26

Sammanfattning

Livsmedels- och måltidspolicyn ska vara ett styrande dokument för att kvalitetssäkra måltidsverksamheten i den offentliga verksamheten samt måltidsverksamheter i de kommunala bolagen. I samband med upphandling och inköp är det viktigt att ställa relevanta krav så att livsmedels- och måltidspolicyn får genomslag. Det gäller även i samband med de konferenser och evenemang som arrangeras.

Livsmedels- och måltidspolicyn är gemensam för Södertälje kommuns förvaltning och Telge AB. Kostenheten, Telge Inköp och respektive resultatenhetschef ansvarar för att policyn efterlevs.

Södertälje Kommuns kostchef är ansvarig för policyn och ser över uppdatering varje år. Respektive nämnd följer upp policyn med statistik över inköp per varje delårsbokslut och därefter redovisas den årsvis i miljöbokslutet och årsredovisningen. Relevanta riktlinjer såsom t ex pedagogiska måltider inom grundskola och förskola, specialkost inom skolan, planering av mat och måltider inom äldreomsorgen samt riktlinjer kring livsmedelsinköp ska fastställas och följas upp inom respektive kontor, nämnd och bolagsstyrelse.

Syfte

Livsmedels- och måltidspolicyn syftar till att:

- Servera god mat av hög kvalitet och bra näringsinnehåll i kommunens samtliga verksamheter – måltiderna ska vara något man ser fram emot under dagen.
- Underlätta lärandet i förskola och skolan genom mätta, pigga och friska barn och elever som ser ett värde i maten och måltiderna.
- Grundlägga en bra relation till mat, goda matvanor hos barn och elever samt ge kunskaper och färdigheter för hälsa och välbefinnande.
- Säkerställa en bra näringsstatus och förebygga undernäring hos de äldre.
- Genom måltiderna förebygga kostrelaterade problem som övervikt och fetma och därigenom minska risken för till exempel diabetes typ 2, högt blodtryck samt hjärt- och kärlsjukdomar.

- Utveckla matgästernas respekt, ansvar och förståelse för miljön och den egna livsstilens betydelse för densamma.
- Betona måltiden som en viktig källa för sociala kontakter, speciellt inom omsorgens verksamheter.
- Sträva efter att göra de bästa valen ur etiska och miljömässiga utgångspunkter.
- Hålla hög kvalitet på livsmedelshygienen.
- Åstadkomma vackra och ändamålsenligt måltidsmiljöer.

Näring i utbildnings- och vuxenutbildningens verksamhet

- Maten ska vara god och omväxlande. Verksamheterna ska undvika att servera hel- och halvfabrikat som innehåller onödiga tillsatser och transfett (delvis härdat fett). Maten ska också gå att ursprungs- och näringsdeklareras så långt det är möjligt.
- Inom grund- och gymnasieskolan ska lunchen bestå av två huvudrätter (varav minst ett näringsmässigt fullvärdigt vegetariskt/veganskt alternativ) samt en soppa per tillfälle. Lunchen ska även bestå av ett salladsbord bestående av minst sex varianter varav en ska vara baserad på baljväxter och en på spannmål. I tillägg skall det serveras bröd, vatten och mjölk. Genom att servera flera rätter ökar gästens valfrihet och därmed sannolikheten att alla vill och kommer att äta maten.
- Måltiderna ska ge barn och elever en näringsriktigt sammansatt kost av god kvalitet enligt svenska näringsrekommendationer och råd utarbetade av Livsmedelsverket, www.livsmedelsverket.se.
- Många barn i Sverige får i sig för mycket socker och för lite fiber och fullkorn. Sötsaker och sockerrika produkter som t.ex. chokladdryck, kräm, saft/läsk/juice, fruktyoghurt och sockrade flingor bör därför inte tillhandahållas inom förskola och skola. Däremot kan det i en välplanerad meny ingå ketchup eller sylt som tillhör till rätter som t.ex. köttbullar och blodpudding.
- Inom förskolan och skolan ska hälsosamma alternativ förordas i samband med ”kalas” istället för glass och kakor. En variant kan vara att barnet i förskolan kan få bestämma dagens lunch. Förskolan och skolan ska vid dessa tillfällen bekosta innehållet, mat får inte tas med hemifrån. Detta för att bland annat undvika allergiska reaktioner.
- Caféverksamheternas sortiment ska huvudsakligen präglas av näringsriktiga och hälsosamma alternativ. Kostenheten fungerar som rådgivande och vägledande enhet ifråga om val av sortimentet.

- Mandel, jordnötter samt nötter av alla slag får inte förkomma i Södertälje kommuns förskolor och skolor. Inte heller i personalrum. Detta för att undvika allvarliga och livshotande allergiska reaktioner som kan uppstå om den som är nötallergiker får i sig nötter via kroppskontakt eller luften.
- Specialkost ska tillhandahållas av medicinska skäl. För att säkerställa rätt kost krävs läkarintyg. Vid behov ska maten konsistensanpassas. Det ska alltid vara möjligt att få en näringsmässigt fullvärdigt måltid inom grundskolan och gymnasieskolan.

Näring i äldreomsorgsverksamheten

- Maten ska vara god, hälsofrämjande och omväxlande. Verksamheterna ska undvika att servera hel- och halvfabrikat som innehåller onödiga tillsatser och transfett (delvis härdat fett). Maten ska också gå att ursprungs- och näringsdeklareras så långt det är möjligt.
- Inom äldreomsorgen ska arbetet med mat och måltider särskilt fokusera på att främja livskvalitet och välbefinnande samt att förebygga undernäring.
- Kosten ska anpassas individuellt efter den enskildes behov och önskemål.
- Nattfastan för de äldre ska inte överstiga elva timmar. Måltiderna för övrigt ska vara väl utspridda över dygnet. Nattmål och förfrukost ska erbjudas vid behov i syfte att minimera nattfastan.
- Boendeformer med totalt måltidsansvar ska servera frukost, lunch, middag samt tre mellanmål.
- Boendena ska eftersträva att det alltid finnas två olika lunchrätter att välja mellan på kommunens vård- och omsorgsboenden.
- Vid upphandlingar av måltidstjänster inom äldreomsorgen ska stor vikt läggas vid att brukarna ges inflytande, delaktighet och flera rätter att välja på.
- De äldre ska ha god tillgång till drycker så att de har förutsättningar att täcka sitt vätskebehov. Hänsyn måste tas till äldres hjälpbehov och sväljsvårigheter.
- Måltiderna för de äldre ska bestå av näringsriktigt sammansatt kost av god kvalitet enligt näringsrekommendationer och råd utarbetade av Livsmedelsverket, www.livsmedelsverket.se.
- Måltiden ska i möjligaste mån anpassas utifrån den boendes individuella behov och önskemål. Det är viktigt att skapa lugn och ro under måltiden och att duka på ett inbjudande sätt. Det är viktigt att verksamheterna arbetar aktivt för att skapa matglädje.

- Vård- och omsorgsboendet kan erbjuda vin till maten vid särskilda tillfällen när enheten bjuder till festmiddag(t ex kalkonmiddag och Nobelmiddag). Om brukaren vill ha alkoholhaltiga drycker vid andra tillfällen måste den enskilde själv/genom anhöriga införskaffa dryckerna.
- För äldre är det speciellt viktigt att det tillhandahålls specialkost efter olika individuella behov. Det kan röra sig om kost vid allergier/överkänslighet, konsistensanpassad kost och specialkost för olika sjukdomstillstånd. Vid risk för undernäring, uttalad matleda samt i livet slutskede ska även önskekost erbjudas.
- Inom vård och omsorg ska mat och måltider ses som en integrerad del av omvårdnaden.

Näring i social- och omsorgsverksamheten

- Maten ska vara god och omväxlande. Verksamheterna ska undvika att servera hel- och halvfabrikat som innehåller onödiga tillsatser och transfett (delvis härdat fett). Maten ska också gå att ursprungs- och näringsdeklareras så långt det är möjligt.
- I boendeformer och daglig verksamhet där personalen ansvarar för servering av måltider ska matsedlarna vara välplanerade och varierande så att måltiderna kompletterar varandra och ger god möjlighet att täcka näringsbehovet hos brukarna.
- Boendeformer med totalt måltidsansvar ska servera frukost, lunch, middag samt tre mellanmål. Måltiderna ska vara utformade enligt de svenska näringsrekommendationerna. Måltiderna ska vara goda och stor hänsyn ska tas till brukarnas personliga önskemål.
- Brukare som lagar egna måltider ska ges stöd och möjligheter till att laga goda och näringsriktiga måltider. Detta kan göras genom att personalen bidrar med tips och inspiration. Stor respekt ska visas för brukarnas rätt till självbestämmande.
- Verksamheterna skall eftersträva att brukare som har någon form av biståndsbeslut kopplat till måltidsstöd skall erbjudas möjlighet till hälsofrämjande måltidsaktiviteter i form av att kunna tillaga och inta gemensamma måltider.
- Måltiden ska anpassas så att den boende inte blir stressad. Det är viktigt att skapa lugn och ro under måltiden och att duka på ett inbjudande sätt. Det är mycket viktigt att verksamheterna arbetar aktivt för att skapa matglädje för de brukarna.
- Inom vård och omsorg ska mat och näring ses som en integrerad del av omvårdnaden.

- Specialkost ska tillhandahållas av medicinska skäl. För att säkerställa rätt kost krävs skall dessa utformas i samråd med ansvarig sjuksköterska på respektive boende. Vid behov ska maten konsistensanpassas.

Måltidsmiljö

- Alla verksamheter ska sträva efter att barn och elever ska få servera sig maten själva.
- Lunchen bör schemaläggas ungefär mitt i barnens och elevernas skoldag samt vid samma tidpunkt varje dag. Genom kontinuitet och regelbundenhet regleras aptiten på ett bra sätt, eleverna orkar med dagen och har även större möjligheter att prestera bra. Inom grundskolan ska verksamheten sträva efter att integrera skollunchen i lektionen dvs. lektion-lunch-lektion-rast.
- Det är viktigt att skapa lugn och ro under måltiden. Barnen och eleverna ska ha minst tjugo minuter på sig att, sittande vid bordet, inta sin lunch.
- Varje rektor eller enhetschef ansvarar tillsammans med Kostenheten för att det finns ett matråd eller liknande som kan påverka matsedeln samt stimulera engagemang för bra måltider och trevlig måltidsmiljö inom sin verksamhet.
- Matgästerna ska få ett bra bemötande och vice versa. Det ska finnas gemensamma överenskommelser för trivsel och ordning i varje matsal. Miljön ska vara ordnad så att alla matgäster får en god måltidsservice och tycker att det är trevligt att äta. Måltiderna ska även presenteras på ett aptitligt sätt som främjar goda matvanor.
- Vid utformningen av restauranger ska man sträva efter att acceptabel ljudnivå (inte över 65 dB) uppnås.

Kvalitet

- Budgetmedel bör avsättas så att kvalitetskraven uppnås. Kostnaderna för måltiderna bör minst räknas upp med prisindexutvecklingen på livsmedel så att ingen urholkning av matkvaliteten sker.
- Samtliga kök ska följa gällande livsmedelslagstiftning samt utgå från kommunens egenkontrollprogram. Programmet ska enheterna själva anpassa för den egna verksamheten. Detta gäller även cafeteriaktiviteter.
- Av livsmedelssäkerhetsskäl så ska all kökspersonal bära enhetliga arbetskläder avsedda för kök.

- All personal som hanterar livsmedel inom kommunens verksamheter ska regelbundet genomgå adekvata utbildningar.
- Det är viktigt att maten tillagas i ändamålsenliga kök så nära matgästerna och serveringstillfället som möjligt. Kommunens ska fortsätta utbyggnaden av antalet tillagningskök.
- Matgästernas behov ska vara utgångspunkten i arbetet för varje anställd. Verksamheterna ska sträva efter att uppmuntra personalen att delta i måltiden med barnen, eleverna och brukarna.
- Verksamheterna inom förskolan och grundskolan ska i så stor utsträckning som det är möjligt, sträva efter att använda måltiden som ett pedagogiskt verktyg. Det handlar om att öka barnens förståelse för vilken mat som serveras, var den kommer ifrån och hur den tillagas.
- Barn, elever och brukare på vård- och omsorgsboenden samt på våra dagliga verksamheter ska kunna vara med och baka bröd, förbereda måltiderna eller hjälpa till i disken. Detta kan till exempel ske genom kökspraktik och pedagogisk matlagning ute på avdelningarna.
- Även barnens och elevernas vårdnadshavare bör få information om hur de kan stödja en bättre kost. De kan bland annat engageras genom praktisk kostinformation till hemmen, anordnande av ”skolmåltidens dag” eller föreläsningar.
- Enkel och konkret information om kommunens måltider ska finnas lätt tillgänglig i skolan, på vård- och omsorgsverksamheter och på kommunens hemsida.
- Måltidsverksamheten bör kontinuerligt utvärderas via brukarenkäter.
- Inom äldreomsorgen ska varje enhetschef, matråd eller liknade undersöka möjligheten att skapa mötesplatser för alla äldre genom att servera gemensamma måltider.

Hållbar utveckling

- Södertälje är en Fairtrade City vilket innebär att verksamheterna ska välja etiskt märkta produkter i så stor utsträckning som möjligt.
- Måltiderna som serveras ska utgå från kriterierna i måltidskonceptet *Östersjövänlig mat* eller *Diet for a green planet*.
- Kommunen ska stimulera ökad ekologisk odling genom att i möjligaste mån köpa ekologiska livsmedel.

- Det ska vara enkelt för samtliga kök att handla ekologiskt och närproducerat. Utbud och aktuella priser måste tydligt framgå. Upphandlings- och inköpssystem måste stödja detta.
- Kommunen ska i sina avtalsupphandlingar skapa förutsättningar för att få in mer närodlade och närproducerade produkter. Strävan ska vara att minimera antalet varutransporter till enheterna. Verksamheterna ska även sträva efter att årstidsanpassa råvarorna för att på så sätt minska transportsträckor.
- Kommunen skall bidra till minsta möjliga miljöpåverkan, därför skall alla transporter av livsmedel inberäknas i den totala miljöpåverkan av respektive livsmedel.
- Genmodifierade organismer (GMO) ska undvikas så långt det går att spåra.
- Verksamheterna ska inte servera fisk- eller köttslag som är rödlistade av WWF. Se fisk- och köttguiden på www.wwf.se.
- Kött som köps in skall följa Svensk lagstiftning
- Samtliga kök ska vidta åtgärder för att minska matsvinn ur såväl miljösynpunkt som pedagogisk synpunkt. Allt avfall ska källsorteras.
- Verksamheterna ska verka aktivt för att utveckla matgästers respekt, ansvar och förståelse för miljön och matproduktionens förutsättningar samt den egna livsstilens betydelse för densamma.
- Gällande brukare med behov av särskild omsorg på grund av till exempel funktionshinder ska tillräcklig tid avsättas för hjälp vid måltiden. Måltiden och hjälpmedel ska anpassas utifrån den ätandes behov.