

Tilläggsyrkande

2020-04-16



Ärende nr: KS 2020-04-22, 2.1.4

Tilläggsyrkande angående – Göteborgs stads måltidspolicy.

Förslag till beslut

I kommunstyrelsen och kommunfullmäktige:

1. Göteborgs stads måltidspolicy kompletteras med ett krav om att mat så långt det är möjligt skall vara härodlad, närproducerad och fångad i närområdet.
2. Göteborgs stads måltidspolicy kompletteras med ett krav på att huvudinriktningen skall vara att den mat som serveras främst är traditionell svensk och skandinavisk kost.
3. Göteborgs stads måltidspolicy kompletteras med ett krav på att ekologisk mat så långt det är möjligt ersätts med motsvarande svensk traditionellt odlad mat.
4. I övrigt godkänns Göteborgs stads måltidspolicy.

Yrkandet

I förslaget till ny måltidspolicy framgår att den mat som kommunen köper in, tillagar och serveras skall främja en hållbar utveckling, god livsmiljö och en positiv hållbar påverkan på klimat och miljön. En grundläggande del för att uppnå det är att så långt det är möjligt köpa in härodlad, närproducerad och närfångade råvaror. Det är exempelvis ur miljöhänsyn väldigt tveksamt att köpa in råvaror från Sydamerika eller Irland och transportera det hit om det går att köpa motsvarande råvaror producerat lokalt.

I underlaget framgår att måltiden skall vara trivsamt och integrerande. En betydande del för att uppnå detta, exempelvis på äldreboenden är att som huvudinriktning servera traditionell svensk och skandinavisk kost. Därtill är det en viktigt och naturlig del i en integrationsprocess av invandrade personer att de får ta del av och bli välbekanta med svensk matkultur.

Enligt statliga jordbruksverket är svensk icke ekologisk traditionellt odlad mat betydligt mer näringsrik än utländsk ekologisk mat.

En relativt nyligen genomförd undersökning utförd av riksdagens utredningstjänst (RUT) har därtill slagit fast att lokalt härodlad mat är betydligt billigare i inköp än motsvarande ekologisk mat och det utan att det försämrar varken näringsinnehåll eller kvalitet. Göteborgs måltidspolicy kompletteras därför med ett krav på att ekologisk mat så långt det är möjligt skall ersättas med motsvarande traditionellt producerade svenska råvaror.

**Tjänsteutlåtande**

Utfärdat 2020-03-24

Diarienummer 0417/20

Handläggare

Karin Tidlund

Telefon:031-368 06 46

E-post: karin.tidlund@stadshuset.goteborg.se

Göteborgs Stads måltidspolicy

Förslag till beslut

I kommunstyrelsen och kommunfullmäktige:

1. Göteborgs Stads måltidsprogram (kommunfullmäktige 2011-12-08, § 10) upphör.
2. Göteborgs Stads måltidspolicy, i enlighet med bilaga 1 till stadsledningskontorets tjänsteutlåtande, antas.

Sammanfattning

Sedan 2004 har Göteborgs Stad haft ett måltidsprogram som ska tillämpas av alla verksamheter som ansvarar för mat som kommunen upphandlar, tillagar och serverar. Programmet beskriver övergripande mål och ansvarsfördelning, grundläggande principer för val av råvaror och måltidens sammansättning samt specifika krav och rekommendationer i olika verksamheter som förskola, skola och äldreomsorg.

Programmet reviderades senast 2011 och en ny översyn har genomförts. Samtidigt har programmet bedömts utifrån Göteborgs Stads riktlinje för styrande dokument och föreslås förändras från program till policy. Den föreslagna policyn utgår ifrån Livsmedelsverkets måltidsmodell. Det nya styrdokumentet har därför en lägre detaljeringsgrad och hänvisar till Livsmedelsverket och till nordiska näringsrekommendationer. Dokumentet kompletteras med anvisningar med respektive förvaltnings tolkning av måltidsmodellen, för att kunna anpassa Måltidsmodellen utifrån stadens förutsättningar.

Bedömning ur ekonomisk dimension

Översynen av styrande dokument för måltidsverksamheterna och förändringen från program till policy medför inga förändrade kostnader.

Det gemensamma arbetet som har utförts inom måltidsverksamheterna har bland annat lett till effektivare kostplaneringssystem, mer ekonomisk livsmedelshantering och minskade transporter vilket är insatser som ökar kostnadseffektiviteten.

Bedömning ur ekologisk dimension

Produktion och konsumtion av mat har en betydande miljö- och klimatpåverkan i form av användning av begränsade resurser som vatten, mark, matjord, näringsämnen, fossil energi och kemikalier. Den föreslagna måltidspolicyn är kopplad till Göteborgs Stads miljö- och klimatprogram vars syfte är att främja en hållbar utveckling och säkerställa en hälsosam och god livsmiljö. Ett fokusområde i Livsmedelsverkets måltidsmodell, som är grunden för måltidspolicyn, är hållbarhet. Här avses måltider som bidrar till en hållbar utveckling.

Bedömning ur social dimension

Policyn för måltider utgår ifrån Livsmedelsverkets måltidsmodell som breddar måltidens funktion och plats i Göteborgs Stads verksamheter. Måltidsverksamheterna verkar i alla stadens verksamheter som möter brukare – barn från förskola till gymnasium, funktionshinderverksamhet och äldreomsorg. Målet med en gemensam policy är att skapa goda och jämlika villkor i hela staden. Tillgång till bra måltider för alla brukare är en viktig jämlikhetsaspekt.

Bilaga

1. Göteborgs Stads måltidspolicy
2. Göteborgs Stads måltidsprogram

Ärendet

En ny måltidspolicy föreslås ersätta Göteborgs Stads måltidsprogram. Policyn beskriver de värderingar och grundprinciper som ska styra stadens verksamheter.

Beskrivning av ärendet

Bakgrund

I Göteborgs Stad serveras varje år cirka 20 miljoner måltider inom skola, vård och omsorg. Ett kommungemensamt utvecklingsarbete har funnits sedan 2004 för kvalitetshöjning av maten. Centralt i det kommungemensamma utvecklingsarbetet är måltidsprogrammet. Programmet beslutades av kommunfullmäktige 2004 och reviderades senast 2011. Måltidsprogrammet har tillämpats av alla verksamheter i Göteborgs Stad som ansvarar för mat som kommunen upphandlar, tillagar och serverar. I programmet beskrivs övergripande mål och ansvarsfördelning, grundläggande principer för val av råvaror och måltidens sammansättning samt specifika krav och rekommendationer i olika verksamheter som förskola, skola och äldreomsorg.

Programmet har konkret använts som ett styrdokument för måltidsverksamheterna. Programmet ligger till grund för planering av god mat och säkra hållbara måltider och tydliggör rutiner, ansvarsområden och uppdrag. Programmet används även som ett kommunikationsmaterial vid kontakt med brukare, elever, vårdnadshavare och kunder. Inom äldreomsorgen har måltidens sammansättning och måltidsordning påverkats av rekommendationer i måltidsprogrammet.

Måltidsprogrammet följdes upp i uppföljningsrapport 4 2017. Stadsledningskontoret gjorde då bedömningen att en ny revidering av programmet behövde göras, dels på grund av nya näringsrekommendationer från livsmedelsverket, dels för att dokumentet bör utgå ifrån Livsmedelsverkets måltidsmodell.

I samband med ny organisering i fackförvaltningar kommer också en ny organisering för stadens måltidsverksamhet att ske. Varje fackförvaltning kommer i framtiden att organisera måltidsverksamheten för sina målgrupper och ha möjlighet att arbeta och följa upp verksamheten mer målgruppspecifikt, utifrån den gemensamma policyn.

Förändring från måltidsprogram till måltidspolicy

Under 2019 har måltidsprogrammet bedömts utifrån Göteborgs Stads nya riktlinje för styrande dokument. Riktlinjen reglerar utformandet av styrande dokument i syfte att öka dokumentens kvalitet och underlätta efterlevnad av deras intentioner. Enligt riktlinjen är ett program ett planerande strategidokument som slår fast en politisk viljeinriktning för vad som ska uppnås inom ett visst område. Ett program ska innehålla ett fåtal mål samt prioriterade strategier eller inriktningar för att uppnå målen. En policy däremot är ett reglerande dokument som översiktligt anger värderingar och grundprinciper för att styra organisationens agerande inom ett visst område. En policy ska inte innehålla mål.

I samband med revideringen av måltidsprogrammet framgick det att det innehållsmässigt inte har karaktären av ett program utan istället ska definieras som en policy.

Förändrat innehåll

Den föreslagna måltidspolicyn utgår från Livsmedelsverkets måltidsmodell som syftar till att bredda måltidens funktion och plats. För att säkerställa att policyn är hållbar över tid hänvisar den till Livsmedelverket och till nordiska näringsrekommendationer.

Måltidspolicyn är också koppla till nationellt, regionalt och lokalt antagna mål för hållbarhet. Detta nya styrdokument har därför mer övergripande beskrivningar än det tidigare programmet.

Policyn kompletteras med anvisningar som respektive förvaltning ska ta fram som stöd för att arbeta med måltidsmodellen i sina verksamheter, i linje med policyns intentioner. Anvisningarna ska beskriva respektive förvaltnings tolkning av måltidsmodellen och mer konkret beskriva varje del i modellen, det vill säga på vilket sätt förvaltningen säkerställer att måltiden är God, Integrerad, Trivsamt, Hållbar, Näringsriktig och Säkert. Anvisningarna bör godkännas av respektive nämnd.

Koppling till andra styrdokument och uppdrag

Kommunstyrelsen har 2020-01-23 § 7 fått i uppdrag att genomföra föreslagna åtgärder från utredningen ”Minska användningen av engångsartiklar i Göteborgs Stad”. Bland de beslutade åtgärderna finns att infoga riktlinjer i Måltidsprogrammet för att minska användningen av engångsartiklar i stadens storkök, serveringar och restauranger samt för att leverera mat till verksamheterna i flergångssystem. I och med att måltidsprogrammet upphör och att måltidspolicyn har en övergripande karaktär, så krävs ett tydliggörande av dessa åtgärder på annat sätt.

Måltidspolicyn är tydligt kopplad både till Göteborgs Stads kommande miljö- och klimatprogram och avfallsplan vilket säkerställer att arbetet bedrivs i enlighet med intentionerna i dessa.

I Göteborgs Stads förfrågningsunderlag för hemtjänst, 4.3.22, ställs krav på att utföraren ska följa Göteborgs Stads måltidsprogram. Vid ett antagande av måltidspolicyn behöver utförarna informeras om denna förändring.

Stadsledningskontorets bedömning

Stadsledningskontoret bedömer att den föreslagna anpassningen av styrdokument för måltidsverksamheterna är ändamålsenlig i och med övergång till den nya organisationen i fackförvaltningar. Måltidspolicyn säkerställer på ett tydligt sätt som är hållbart över tid att stadens verksamheter efterlever nationella riktlinjer.

Lisbeth Nilsson

Eva Hessman

Direktör Velfärd och utbildning

Stadsdirektör



Göteborgs
Stad

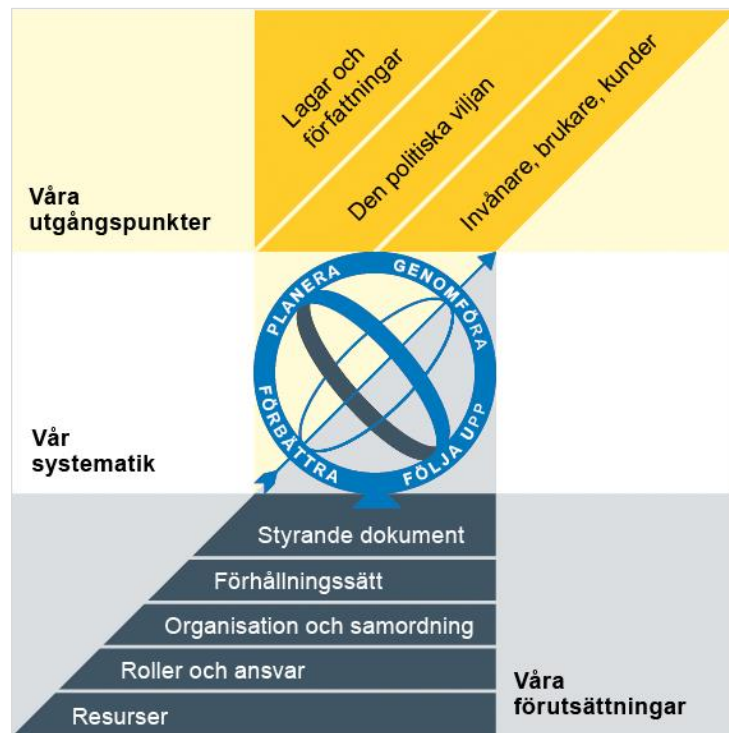
Göteborgs Stads måltidspolicy

Reglerande styrande dokument

► Policy
Riktlinje
Regel
Anvisning
Rutin
Instruktion

Göteborgs Stads styrsystem

Utgångspunkterna för styrningen av Göteborgs Stad är lagar och författningar, den politiska viljan och stadens invånare, brukare och kunder. För att förverkliga utgångspunkterna behövs förutsättningar av olika slag. Stadens politiker har möjlighet att genom styrande dokument beskriva hur de vill realisera den politiska viljan. Inom Göteborgs Stad gäller de styrande dokument som antas av kommunfullmäktige och kommunstyrelsen. Därutöver fastställer nämnder och bolagsstyrelser egna styrande dokument för sin egen verksamhet. Kommunfullmäktiges budget är det övergripande och överordnade styrande dokumentet för Göteborgs Stads nämnder och bolagsstyrelser.

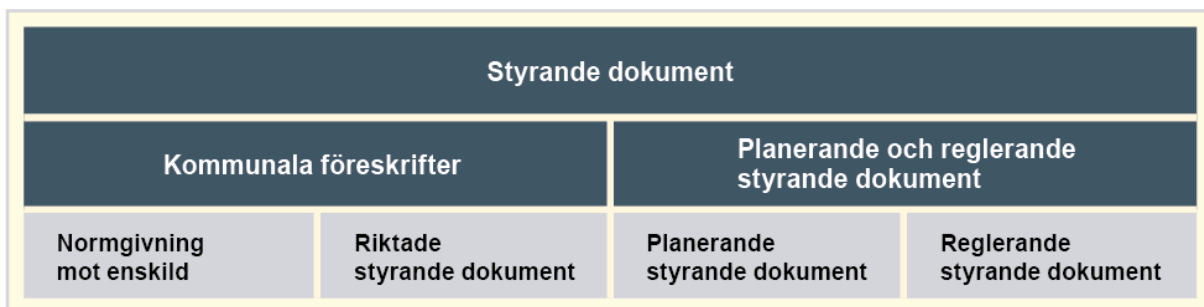


Om Göteborgs Stads styrande dokument

Göteborgs Stads styrande dokument är våra förutsättningar för att vi ska göra rätt saker på rätt sätt. De anger vad nämnder/styrelser och förvaltningar/bolag ska göra, vem som ska göra det och hur det ska göras. Styrande dokument är samlingsbegreppet för dessa dokument.

Stadens grundläggande principer såsom demokratisk grundsyn, principer om mänskliga rättigheter och icke-diskriminering omsätts i praktisk verksamhet genom att de integreras i stadens ordinarie beslutsprocesser. Beredning av och beslut om styrande dokument har en stor betydelse för förverkligandet av dessa principer i stadens verksamheter.

De styrande dokumenten ska göra det tydligt både för organisationen och för invånare, brukare, kunder, leverantörer, samarbetspartners och andra intressenter vad som förväntas av förvaltningar och bolag. De styrande dokumenten ligger till grund för att utkräva ansvar när vi inte arbetar i enlighet med vad som är beslutat.



Dokumentnamn: Göteborgs Stads måltidspolicy			
Beslutad av: [Nämnd/styrelse/befattning]	Gäller för: [Text]	Diarienummer: [Nummer]	Datum och paragraf för beslutet: [Text]
Dokumentsort: [Dokumentsort]	Giltighetstid: [Giltighetstid]	Senast reviderad: [Datum]	Dokumentansvarig: [Funktion]
Bilagor: [Bilagor]			

Innehåll

Inledning	3
Syftet med denna policy	3
Vem omfattas av policyn	3
Bakgrund	3
Aktuell lagstiftning	4
Koppling till andra styrande dokument	4
Stödjande dokument	4
Policy	5

Inledning

Syftet med denna policy

Göteborgarna skall ges likvärdiga förutsättningar för goda livsvillkor i stadens verksamheter inom förskola, skola, vård och omsorg. Här utgör livsmedel, mat, måltider, fysisk aktivitet och social samvaro en central roll för god livskvalité.

Policyn ska bidra till ett tydligt kvalitets- och servicetänkande som genomsyrar hela organisationen, där ansvar och befogenheter kring mat och måltider är definierat, och ska bidra till en anpassning till nationellt, regionalt och lokalt antagna mål för hållbarhet.

Vem omfattas av policyn

Policyn omfattar de nämnder och styrelser i Göteborgs stad, med ansvar för;

- lokaler och säkerhet (bygga, utrusta, underhålla, lås- och larm)
- rekrytering av personal
- inköp och upphandling
- livsmedelstillsyn
- verksamhet förskola, skola samt vård och omsorg, exempelvis planering, schemaläggning, resurssättning av tex pedagogisk måltid.
- tillagning av mat och måltider inom förskola, skola samt vård och omsorg
- servering av mat och måltider inom förskola, skola samt vård och omsorg

Måltidspolicyn är vägledande för kommunens publika verksamheter.

Bakgrund

Förlagan till föreliggande policy är Måltidsprogrammet för Göteborgs Stad som togs fram på uppdrag av Kommunfullmäktige 2004 och uppdaterades senast 2011.

Livsmedelsverkets har tagit fram en måltidsmodell för måltider som breddar måltidens funktion och plats i stadens verksamheter. Nordiska näringsrekommendationer har tagits fram av Nordiska Ministerrådet under tiden som Måltidsprogrammet har funnits. Den nya måltidsmodellen och de nya Nordiska Näringsrekommendationerna har medfört en översyn av innehållet i Måltidsprogrammet.

Aktuell lagstiftning

- *EU-förordningar (EG) nr 178/2002* inom livsmedelsområdet är regler som berör verksamheter och kontrollregler för myndighetsarbetet.
- *Livsmedelslagen och livsmedelsförordningen* – SFS 2006:804 kompletterar EU-förordningen.
- *Livsmedelsverkets föreskrifter* – I författningssamlingen LIVSFS främja en enhetlig tillämpning av livsmedelslagstiftningen.
- *Dataskyddsförordningen – GDPR*
- *Arbetsmiljölagen*
- Kommunallag (2017:725).
- Skollag (2010:800).
- Hälso- och sjukvårdslagen (2017:30).
- Socialtjänstlagen (2001:453).
- Barnrättslagen.
- Diskrimineringslagen (2008:567).
- LOU – lagen om offentlig upphandling (2016:1145).

Koppling till andra styrande dokument

- Göteborgs Stads riktlinjer för inköp och upphandling
- Göteborgs Stads riktlinjer för styrning, uppföljning och kontroll
- Göteborgs Stads gällande dokument inom miljö- och klimatområdet
- Göteborgs Stads gällande avfallsplan

Stödjande dokument

- Nordiska Näringsrekommendationer.
- Livsmedelsverkets råd för måltider i förskola, skola, vård och omsorg.
- Näring för god vård och omsorg – Vägledning från socialstyrelsen.
- Förebyggande av och behandling vid undernäring. Socialstyrelsen SOSFS 2014:10.
- Att arbeta evidensbaserat – Socialstyrelsen.

Policy

Policyn innebär att:

- Vid planering av måltider ska alltid senaste versionen av [Livsmedelsverkets måltidsmodell](#) vara utgångspunkt för att främja samsyn på kvalitet, hållbarhet, hälsa, säkerhet, trivsel och de pedagogiska såväl som omsorgens aspekter.
- Stadens verksamheter ska följa [Livsmedelsverkets riktlinjer](#) och aktuella rekommendationer baserade på de [Nordiska näringsrekommendationerna](#).
- Göteborgs Stads aktuella politiska budgetmål samt övriga aktuella politiska mål inom området.

Policyn för måltider ska utgå ifrån Livsmedelsverkets måltidsmodell som breddar måltidens funktion och plats i Göteborgs Stads verksamheter. Det innebär att Måltidsmodellen tillämpas utifrån Göteborgs Stads förutsättningar och ska vara utgångspunkt vid planering av måltider för att skapa samsyn på kvalitet, hållbarhet, hälsa, trivsel, säkerhet och de pedagogiska aspekterna såväl som omsorgens aspekter. Modellen består av sex pusselbitar som ska ge en helhetssyn på måltiderna. De sex delarna är: *God, Integrerad, Trivsam, Hållbar, Näringsriktig och Säker*. Tillsammans utgör dessa delar en helhet för måltiden och måltidsupplevelsen samt ger underlag för kvalitetssäkring.



Källa Livsmedelsverket Måltidsmodellen

KOMPETENS

Personal som beställer och hanterar mat ska ha god kompetens och insatta i kostens betydelse för hälsan och miljön. Det gäller även pedagogisk personal och personal inom vård och omsorg. Personal som tillagar maten ska ha god kompetens i planering av menyer och inköp av livsmedel, matlagning, diet- och allergikost, hygienfrågor samt service och bemötande.

INFLYTANDE OCH DELAKTIGHET

Genom delaktighet och engagemang ska matgästerna ges inflytande på måltiden, både över vilken mat som serveras och på måltidsmiljön.



MÅLTIDSPROGRAM

för Göteborgs Stad

För förskolor, grund- och gymnasieskolor,
särskilt boende samt mat i det egna hemmet.



Göteborgs
Stad

Måltidsprogrammet för Göteborgs Stad är framtaget på uppdrag och beslutat av Göteborgs kommunfullmäktige 2004 och uppdaterat 2011. Måltidsprogrammet ska tillämpas av de verksamheter i Göteborgs Stad som ansvarar för den mat som kommunen upphandlar, tillagar och serverar. Det omfattar maten till förskolor, grund- och gymnasieskolor, särskilt boende samt mat i det egna hemmet.

Dagens höjdpunkt!

En måltid ska vara stimulerande för kropp och själ. Helst ska den överträffa förväntningarna hos den som sätter sig vid bordet. Den mat som serveras ska vara god och näringsriktig och serveras på ett sådant sätt att den stimulerar matlusten. Det är varje individs rättighet att inom kommunens verksamheter få en väl sammansatt kost med rätt näringsinnehåll. Den ska även i möjligaste mån ta hänsyn till att göteborgarna har olika traditioner och trosuppfattningar.

Göteborgs Stad ska verka för en livsmedelshantering som är långsiktigt hållbar, det vill säga där hantering av livsmedel i hela ledet från produktion till avfall tar hänsyn till såväl miljöaspekter, hälsoaspekter och sociala aspekter. Måltidsprogrammets målsättning är att genom förbättrade matvanor främja hälsa samt förebygga sjuklighet i kostrelaterade sjukdomar.

Måltidsprogrammet grundar sig bland annat på Livsmedelsverkets råd om mat för skola, förskola, äldre och de svenska näringsrekommendationerna (SNR). Måltidsprogrammet innehåller riktlinjer rörande såväl människans behov av energi och näringsämnen som måltidsordning och rekommendationer kring val av livsmedel.

Göteborgs Stad har gemensamma ramavtal på livsmedel. Upphandlingsbolaget upphandlar med höga kvalitetskrav och genom den samlade kvantiteten erhålls också de lägsta priserna. Genom att avropa på avtalen kan man säkerställa att man får råvaror som måltidsprogrammet förutsätter.





Ansvarsfördelning

Ansvaret för måltiderna vilar ytterst på ansvarig nämnd. Lokala riktlinjer/policy i förvaltningarna ska specificera vilka yrkesgrupper som ansvarar för vad i den kedja som mathantering och måltidsmiljö innebär. Yrkesgrupper i flera verksamhetsområden har olika ansvar i den kedja av händelser som mathantering och måltidsmiljö innebär. Chefen för respektive verksamhet ansvarar för att måltidsprogrammets riktlinjer följs, vilket innebär ansvar för:

- Att stärka måltidens roll och värde
- Planering och utveckling samt uppföljning av verksamheten
- Kompetens- och kunskapsutveckling av personal som är delaktig i mathanteringen
- Matsedels/måltidsplanering
- Inköp
- Tillagning
- Transporter, leverans och servering av maten
- Att måltiden har rätt sammansättning och adekvat näringsinnehåll för målgruppen
- Att måltiden serveras vid rätt tidpunkt/er för målgruppen
- Miljöaspekter
- Hygienaspekter

Egenkontroll för säker hantering

Enligt EU:s förordning måste alla som yrkesmässigt hanterar livsmedel ha en fungerande egentillsyn över sin verksamhet, beskrivet i ett egenkontrollprogram. Egentillsynen innebär att man, genom en god verksamhetskänedom, redan i ett tidigt stadium kan identifiera de hygieniska riskerna för att sedan, genom planering och kontroll, kunna förebygga dessa.

Matens förvaringstemperatur är ett exempel på en sådan risk. För att matens kvalitet inte ska försämrats vare sig under förvaringen eller under serveringen är regelbunden temperaturkontroll av stor vikt. Frysta varor ska inte vara varmare än -18 grader, medan kylvaror får som högst hålla $+8$ grader. Färdiglagad, varmhållen mat får av samma skäl inte vara kallare än $+60$ grader och ska inte varmhållas längre än i två timmar. Vid avvikelser ska det finnas rutiner för hur det hanteras.

Måltider för en bättre miljö

Genom att medvetet välja rätt livsmedel och säsongsanpassa inköpen kan vi påverka utvecklingen positivt; livsmedel som producerats, transporterats och tillagats på minsta miljöstörande sätt ger minskad miljöpåverkan och resursförbrukning samt gynnar den biologiska mångfalden. Sammantaget utgör livsmedelskedjan en av våra stora miljöbelastare och bidrar till många av de stora miljöhoten – såväl i Sverige som globalt. Göteborgs Stad är en stor konsument av livsmedel och därmed en organisation som kan göra betydande insatser för folkhälsan och miljön.

Måltidsprogrammet knyter an till definitionen av miljömåltider och de nationella och lokala miljö kvalitetsmålen samt Göteborgs Stads miljöpolicy.

En miljömåltid ska vara baserad på miljömärkta råvaror, vara säsongsanpassad, bestå av en stor andel vegetabilier och baljväxter, inte innehålla fisk som är utrotningshotad samt ta hänsyn till etiska aspekter. Lika viktigt som valet av råvaror är att inte slänga mat.

I det ekologiska jordbruket får djuren utlopp för sina naturliga beteenden, bland annat genom att få gå fritt och vistas ute, ungar och moderdjur har nära kontakt under ungarnas första levnadstid, grisar får böka och höns har sittpinnar och får sprätta. Endast ett fåtal tillsatser är tillåtna i livsmedlen. Genmodifierade organismer (GMO) får inte användas. Utan tillgång till konstgödsel och kemiska bekämpningsmedel är det ekologiska lantbruket mer beroende av vädret och skördarna är i regel lägre.

Köttval

När du väljer kött, välj ekologiskt och försök att minska på mängden. Prova att byta ut en eller ett par rätter av nöt, lamm, gris eller kyckling i veckan mot vegetariska rätter. Ytterligare att beakta när du väljer kött är att 1 kilo nötkött orsakar 15–25 kilo växthusgaser, vilket är cirka tio gånger så mycket som 1 kilo kyckling. Å andra sidan har nöt och framför allt lamm andra stora miljö fördelar. De är betande djur som håller landskapet öppet och gynnar den biologiska mångfalden och i genomsnitt är det 30 procent fler arter på ekologiska gårdar än på konventionella. Viltkött är det bästa ur naturresurssynpunkt och bra val ur etisk synpunkt eftersom de fått leva enligt sina naturliga behov. Nöt- och lamm ger mer av det nyttiga järnet än gris och kyckling.

Fisk- och skaldjursval

Välj fisk och skaldjur som kommer från stabila bestånd, se Livsmedelverkets fisklista. Välj fisk som är fiskad eller odlad på ett hållbart sätt, till exempel miljömärkt fisk enligt MSC eller Krav. Våga variera! Pröva andra sorter än de du är van vid så minskar trycket på några få arter.

Val av frukt, bär, grönsaker och baljväxter

Välj säsonganpassade grönsaker och när det är möjligt närodlat. Välj ekologiskt. Välj mer grova grönsaker som rotfrukter, vitkål och lök. De påverkar miljön mindre än tomat, sallad och gurka, de kan lagras längre och finns tillgängliga året om. Ät mer bönor, linser och ärter – det är ett bra val oavsett om de är torkade eller konserverade, särskilt om de ersätter en del av köttkonsumtionen. Frukt och grönsaker är känsliga livsmedel. Förvara dem rätt och köp inte mer än du använder så minskar du svinnet.

Val av potatis, spannmålsprodukter och ris

Dessa livsmedel har låg miljöpåverkan jämfört med kött och fisk. För miljön och även för hälsan, är det därför bra att fylla en stor del av tallriken med potatis, pasta, matvete eller liknande. Pröva att variera riset med matvete, mathavre eller liknande då ris har större miljöpåverkan än spannmål och potatis. Välj ekologiskt.

Val av matfett

Välj ekologisk rapsolja – och matfetter med mycket raps eller olivolja. Rapsolja är bäst ur miljösynpunkt och dessutom bra för hälsan. Minska användandet av palmolja då mycket av oljepalmsodlingen sker på mark som varit regnskog.



Mat inom förskolan

MÅL Barnen i förskolan ska serveras god, vällagad och näringsriktig mat. Måltiden ska vara en integrerad del i det pedagogiska arbetet. Goda matvanor ska grundläggas i en trivsamt och lugn måltidsmiljö.

ANSVAR Ansvar för att barnens matbehov tillgodoses vilar på den som är chef för verksamheten.

NÄRINGSREKOMMENDATIONER Barnens behov av näringsämnen och energi under sin dag i förskolan är 65–75 % av det totala behovet vid hel-dagsomsorg. Fördelningen av dagens energiintag, bör ske enligt följande:

Frukost	20–25 %
Mellanmål förmiddag	5–10 %
Lunch	25–35 %
Mellanmål eftermiddag	10–15 %

MÅLTIDENS SAMMANSÄTTNING Lunchmåltiden ska bestå av varmrätt, grönsaker samt bröd och matfett med högst en tredjedel mättat fett. Till maten serveras lättmjolk med vatten som alternativ. Som hjälpmedel vid serveringen ska tallriksmodellen användas. Alternativa rätter ska erbjudas dem, som av religiösa, etiska eller medicinska skäl inte kan äta alla rätter. Nötter, mandel, jordnötter och sesamfrön får aldrig ingå i den mat som serveras. Tonvikten på mellanmålet under eftermiddagen ligger på mjölk/mjolkprodukter, smörgås med pålägg, frukt eller grönsak.

MÅLTIDSORDNING De minsta barnen, 1–2 år, behöver äta ofta. Det bör inte vara mer än 2–2,5 timmar mellan deras måltider. De äldre barnen klarar av att ha 3–3,5 timmar mellan måltiderna. En lämplig fördelning av antalet mål och typ av måltid över dagen kan se ut enligt följande:

Frukost	kl 08.00
Mellanmål, t.ex. frukt	kl 10.00
Lunch	kl 11.30
Mellanmål	kl 14.00–14.30
Fruktstund	kl 16.00–17.00

MÅLTIDSMILJÖ OCH PEDAGOGISK MÅLTID Måltiden ska ge goda matvanor och lära barnen att steg för steg, börja äta allsidig och varierad kost. I allt detta är vuxna förebilder. Måltiden ska också ge träning i finmotorik. Måltiden kan vara ett tillfälle till lärande i matkultur men även ett tillfälle att träna till exempel språkutveckling och social samvaro.

LIVSMEDELSHYGIEN För de produktions- och serveringskök som lagar och/eller serverar mat gäller att EU:s förordning följs. Detta innebär bland annat att köken ska bedriva en fungerande och dokumenterad egentillsyn över verksamheten: Egentillsynen ska utgå ifrån ett egenkontrollprogram. Färdiglagad mat ska varmhållas i max 2 timmar och måste hålla minst 60 grader under hela varmhållningstiden. Särskilt viktigt är det vid leverans till mottagningskök.

KOMPETENS Enligt EU:s förordning ska alla anställda som beställer och hanterar mat vara välinformerade och insatta i kostens betydelse för hälsan, även förskolepersonalen. Personal som tillagar maten ska ha god kompetens i matlagning, diet- och allergikost, hygienfrågor samt bemötande. Ny forskning och nya rekommendationer gör att fortlöpande kompetensutveckling är nödvändig.

UTVÄRDERING Utvärdering av verksamheten sker genom de kvalitetsmätningssystem som Göteborgs Stad beslutat om.



Mat inom skolan

MÅL Alla elever ska erbjudas skollunch. Skollunchen ska vara god, vällagad och näringsriktig. Den ska ingå i elevens skoldag och vara en integrerad del i det pedagogiska arbetet. Goda matvanor ska grundläggas i en trivsamt och lugn måltidsmiljö.

ANSVAR Ansvar för att elevernas matbehov tillgodoses vilar på den som är chef för verksamheten.

NÄRINGSREKOMMENDATIONER Skollunchen ska följa Livsmedelsverkets råd om bra mat i skolan och ge 25–35 procent av det dagliga energi- och näringsbehovet. Rekommendationen avser hela måltiden, inklusive bröd, matfett, lättmjölk, sallad och gällar i genomsnitt under en vecka.

MÅLTIDENS SAMMANSÄTTNING Livsmedelsverkets råd om bra mat i skolan ska följas. Detta ska ingå i dagens skollunch: lagad huvudrätt, två alternativ eller fler, bröd, nyckelhålmärkt matfett, salladsbuffé, lättmjölk och vatten. Som hjälpmedel vid serveringen ska tallriksmodellen användas. Den visar en god balans i en komplett måltid. Alternativa rätter ska erbjudas dem som av religiösa, etiska eller medicinska skäl inte kan äta alla rätter. Nötter, mandel, jordnötter och sesamfrön får aldrig ingå i den mat som serveras. Tonvikten på mellanmålet under eftermiddagen ligger på mjölk/mjölksprodukter, smörgås med pålägg, frukt eller grönsak.

MÅLTIDSORDNING Lunchen bör schemaläggas på ett sådant sätt att alla elever får en möjlighet att äta sin lunch i lugn och ro och utan tidspress. En bra schemaläggning av skollunchen är mycket viktigt för en trivsamt lunch med rätt antal elever i skolrestaurangen. Varje enskild klass bör serveras lunch vid samma tidpunkt varje dag. Lunchen bör serveras ungefär vid lunchtid, men tidigast kl. 11.00.

MÅLTIDSMILJÖ OCH PEDAGOGISK MÅLTID Miljön i skolmatsalen ska inbjuda till en lugn och trivsamt måltid. Måltiden ska ge goda matvanor och lära eleverna att äta allsidig och varierad mat i lagom mängd. I allt detta är vuxna förebilder. Mat är ämnesövergripande och måltiden kan ses som ett pedagogiskt redskap.

LIVSMEDELSHYGIEN För de produktions- och serveringskök som lagar och/eller serverar mat gäller att EU:s förordning följs. Detta innebär bland annat att köken ska bedriva en fungerande och dokumenterad egentillsyn över verksamheten: Egentillsynen ska utgå ifrån ett egenkontrollprogram. Färdiglagad mat ska varmhållas i max 2 timmar och måste hålla minst 60 grader under hela varmhållningstiden, särskilt viktigt är det vid leverans till mottagningskök.

KOMPETENS Enligt EU:s förordning ska alla anställda som beställer och hanterar mat vara välinformerade och insatta i kostens betydelse för hälsan. Personal som tillagar maten ska ha god kompetens i matlagning, diet- och allergikost, hygienfrågor samt bemötande. Ny forskning och nya rekommendationer gör att fortlöpande kompetensutveckling är nödvändig.

MATRÅD Vid varje skola bör matråd inrättas med elever, rektor, ansvarig för skolmåltider. Matråden ska bidra till att stimulera till ett gemensamt engagemang i utformandet av en bra skollunch och måltidsmiljö för skolans alla elever.

SKOLANS CAFETERIA Det är bra om skolan har riktlinjer för utbudet i cafeterian. Skolan bör föregå med gott exempel och i hela sin verksamhet främja en sund livsstil. Servera gärna nyckelhålmärkta mjölkprodukter, flingor/gryn/müsli/bröd, smörgåsar med nyckelhålmärkta pålägg och grönsaker. Dessutom bör frukt finnas i ett stort utbud

UTVÄRDERING Utvärdering av verksamheten sker genom de kvalitetsmätningssystem som Göteborgs Stad beslutat om.



Mat för personer med funktionsnedsättning

MÅL Måltidsprogrammet ska vara en ram för personer som bor i bostad med särskild service. Måltidsprogrammet ska användas som en plattform i samarbete mellan individ och personal. Maten i boendet bör vara så beskaffad att näringsbehovet tillgodoses och felnäring undviks.

ANSVAR Ansvaret för att matbehovet tillgodoses vilar på den som är chef för verksamheten.

MÅLGRUPP Personer som bor i bostad med särskild service har olika behov av stöd och hjälp. En del behöver hjälp med allt, inklusive matning. Andra klarar själva inköp, matlagning etc. Vissa personer kan dock behöva individuellt utformat stöd och information. Det kan bland annat handla om att försöka stimulera till variation av kosten samt att maten får en adekvat näringsammansättning. Individuella behov, specifika funktionshinder och sjukdomar kan kräva olika former av specialkost eller näringstillskott. Personalen ska vara observant på olika tecken på felnäring och vid behov kontakta ansvarig sjuksköterska.

MÅLTIDENS SAMMANSÄTTNING Måltiderna bör utformas tillsammans med individen utifrån behov och önskemål. Hänsyn ska tas till tugg/sväljsvårigheter, tandstatus, allergier, överkänslighet, övervikt och undervikt samt olika sjukdomstillstånd. När konsistensanpassad mat serveras ska den tillagas i konsistensen grov paté eller timbal, den ska inte passeras. Vätska till och mellan måltiderna är viktig då en del personer inom målgruppen ej upplever eller kan uttrycka att de är törstiga.

MÅLTIDSMILJÖ För personer som behöver hjälp i måltidssituationen är det viktigt att det är lugnt och fräscht vid matbordet och att dukningen är anpassad efter den enskildes behov. Personalen måste vara uppmärksam på hur var och en vill ha maten tillagad, upplagd och serverad. Detta är extra viktigt för den som har kost med avvikande konsistens. Även för den som måste ha hjälp med matning bör måltiden utgöra ett positivt avbrott på dagen och ske på individens villkor.

LIVSMEDELSHYGIEN För personal som lagar och/eller serverar mat i bostad med särskild service gäller att EU:s förordning följs. Goda kunskaper i livsmedelshygien är särskilt viktiga där personalen kombinerar vård med matlagning. För att säkra en god mathantering är det viktigt med goda rutiner grundade på kontinuerligt uppdaterade kunskaper i livsmedelshygien. Färdiglagad mat ska varmhållas i max två timmar och måste hålla minst 60 grader under hela varmhållningstiden. Om maten inte ska ätas inom denna tid ska den kylas ner på mindre än 4 timmar till högst +8 grader.

KOMPETENS Enligt EU:s förordning ska alla anställda i hela matkedjan vara väl-informerade och utbildade i kostens betydelse för hälsan. Den personal som tillagar och serverar maten ska ha god kompetens i matlagning, näringslära, hygienfrågor, bemötande samt, vid behov, av specialkost. Ny forskning och nya rekommendationer gör att fortlöpande kompetensutveckling av personalen är nödvändig för en konsekvent och bra mathållning i särskilda boenden. Kostombud bör finnas på varje boende och är med rätt kunskaper en resursperson för sina kollegor i måltidsfrågor.

UTVÄRDERING Utvärdering får ske individuellt.



Mat i det egna hemmet



MÅL Måltidsprogrammet ska vara en ram för personer som har hemtjänstens matdistribution och/eller bistånd vid olika måltidssituationer och användas som en plattform i samarbetet mellan vårdpersonal och individ.

ANSVAR Ansvar för att hemmaboende personer får den hjälp man enligt sitt bistånd har rätt till vilar på den som är chef för verksamheten.

NÄRINGSREKOMMENDATIONER För äldre personer ska Livsmedelsverkets råd om bra mat i äldreomsorgen följas. Det är viktigt att hemlevererad mat har hög näringsstäthet, det vill säga en hög koncentration av näringsämnen per energienhet. Den levererade måltiden ska svara för cirka 25–30 procent av det totala dagsbehovet. Vissa personer kan behöva individuellt utformat stöd och information kring sin kosthållning för att undvika felnäring. Det kan bland annat handla om att försöka stimulera till en god näringsammansättning i kosten.

MÅLTIDENS SAMMANSÄTTNING Hemlevererad mat ska vara väl sammansatt, variationsrik och näringsstätt och hänsyn ska tas till tugg/sväljsvårigheter. När konsistensanpassad mat serveras ska den vara tillagad som timbal eller grov paté, den ska inte passeras. Maten och måltiderna ska anpassas efter individuella behov. Den enskildes vanor och önskemål är därför av största vikt. Äldre personer behöver ofta sex måltider utspridda över dygnet så den hemlevererade maten utgör en förhållandevis liten del av dagens energiintag.

MÅLTIDSMILJÖ För personer som behöver hjälp i matsituationen är det viktigt att det är lugnt och fräscht vid matbordet och att dukningen är anpassad efter den enskildes behov. Personalen måste vara uppmärksam på hur var och en vill ha maten upplagd och serverad. Det är extra viktigt för den som har kost med avvikande konsistens. Även för den som måste ha hjälp med matning, ska måltiden utgöra ett positivt avbrott på dagen och ske på individens villkor.

LIVSMEDELSHYGIEN När varm mat levereras från produktionskök till personer som har matdistribution ska EU:s förordning följas. Färdiglagad mat ska varmhållas i max 2 timmar och måste hålla minst 60 grader under hela varmhållningstiden. Om dessa krav ej kan uppfyllas ska maten levereras kyld max +8 grader eller den temperaturen som tillverkaren rekommenderar och värmas i hemmet. I övrigt ska god hygien iakttagas i samband med mathantering i den enskildes hem.

KOMPETENS Enligt EU:s förordning ska alla anställda i hela matkedjan vara väl-informerade och insatta i kostens betydelse för hälsan. När det gäller hemlevererad mat är det även viktigt med kunskap om hantering och distribution av färdiglagad kyld eller varm mat. Erforderlig kompetens krävs hos de personer som ansvarar för att rätt kost beställs, levereras och/eller tillagas till personerna. Personalen ska vara observant på olika tecken på felnäring och vid behov kontakta närmaste chef. Kostombud bör finnas i varje hemtjänstgrupp och är med rätt kunskaper en resursperson för sina kollegor i måltidsfrågor.

UTVÄRDERING Utvärdering av verksamheten sker genom de kvalitetsmätningssystem som Göteborgs Stad beslutat om.

Mat inom äldreboende

MÅL Alla ska serveras god, vällagad och näringsriktig mat anpassad efter de boendes behov. Måltiden ska stimulera, så att felnäring undviks.

ANSVAR Ansvar för att de boendes matbehov tillgodoses, vilar på den som är chef för verksamheten.

NÄRINGSREKOMMENDATIONER Livsmedelsverkets råd om bra mat i äldreomsorgen ska följas. Äldre människor har ett högre behov av vissa näringsämnen än den yngre friska befolkningen. Ämnesomsättningen och därmed behovet av energi sjunker ofta något, men behovet av näringsämnen är oförändrat eller ökat. Många äldre har dessutom något sjukdomstillstånd som ökar energi- och näringsbehovet. Aptiten minskar också ofta med åldern. Det är därför nödvändigt att kosten för äldre har hög näringsstäthet; dvs. hög koncentration av näringsämnen per energienhet.

MÅLTIDENS SAMMANSÄTTNING När matsedeln planeras är det viktigt att anpassa menyn efter de äldres behov, vanor och önskemål. Det innebär att det är av stor vikt att ta vara på de synpunkter och önskemål kring maten som finns hos äldre och alternativa rätter ska erbjudas dagligen. Varje måltid ska vara väl sammansatt, varierande och näringsstöt samt fiberanpassad. Så kallade lätt- och/eller lighthtprodukter ska inte vara standard utan endast användas vid speciella behov. Maträtterna ska anpassas efter de äldres förutsättningar med hänsyn tagen till tugg/sväljsvårigheter. När konsistensanpassad mat serveras ska den tillagas i konsistensen grov paté eller timbal, den ska inte passeras. Vätska är viktigt för äldre, som är särskilt känsliga för uttorkning och inte upplever eller kan uttrycka att de är törstiga.

MÅLTIDSORDNING En bra måltidsordning är en viktig förutsättning för att man ska tillgodogöra sig den serverade maten. Sex måltider, väl fördelade över dagen, varav tre bör vara huvudmål, rekommenderas av såväl Socialstyrelsen som Livsmedelsverket. Dygnet fasta bör inte vara längre än 11 timmar. Orolig nattsömn kan bero på hunger.

Förslag på en bra måltidsordning:

Frukost	07.30 – 09.00
Mellanmål	10.00 – 11.00
Lunch/Middag	12.00 – 13.00
Mellanmål	14.30 – 15.30
Middag/Kvällsmål	17.00 – 19.00
Mellanmål	20.00 – 21.30

För vårdpersonalen på enheten är det viktigt att tänka på att frukost- och mellanmål utgör cirka 50 procent av dagen energi- och näringsintag. Det är därför viktigt att även dessa måltider har ett bra energi- och näringsinnehåll.

MÅLTIDSMILJÖ Det är viktigt att det är lugnt och fräscht vid matbordet utan störande inslag, och att dukningen är anpassad efter den enskildes behov. Personalen måste vara uppmärksam på hur var och en vill ha maten upplagd och serverad. Det är extra viktigt för den som har kost med avvikande konsistens. Även för den som måste ha hjälp med matning, ska måltiden utgöra ett positivt avbrott på dagen och ske på individens villkor.

LIVSMEDELSHYGIEN För de kök som lagar och/eller serverar mat gäller att EU:s förordning följs. Detta innebär bland annat att köken ska bedriva en fungerande och dokumenterad egentillsyn över verksamheten: Egentillsynen ska utgå ifrån ett egenkontrollprogram. Maten inom äldreboende ska hantearas under goda hygieniska former. Goda kunskaper inom livsmedelshygien är särskilt viktiga, i och med att personalen kombinerar vård med matlagning. För att säkra en god mathantering är det därför viktigt med goda rutiner, grundade på kontinuerligt uppdaterade kunskaper i livsmedelshygien. Färdiglagad mat ska varmhållas i max två timmar och måste hålla minst 60 grader under hela varmhållningstiden.

KOMPETENS Enligt EU:S förordning ska alla anställda i hela matkedjan vara informerade och utbildade i kostens betydelse för äldre. Personal, som tillagar och serverar maten ska ha god kompetens i matlagning, diet- och allergikost, hygienfrågor och bemötande. Ny forskning och nya rekommendationer gör att fortlöpande kompetensutveckling, för alla berörda inom områden som rör kosten, är nödvändig. Chefen ansvarar även för att det finns väl kända rutiner för identifiering av och åtgärder för personer som riskerar felnäring.

Kostombud bör finnas på varje boendeenhet och är med rätt kunskaper en resursperson för sina kollegor i måltidsfrågor.

MATRÅD eller annat forum för måltidsfrågor bör finnas vid alla äldreboenden. I rådet ska representanter för de boende, anhöriga samt vård- och måltidspersonal vara med.

UTVÄRDERING Utvärdering av verksamheten sker genom de kvalitetsmätningssystem som Göteborgs Stad beslutat om.



Specialkost



Barn och unga

Specialkost till barn och ungdomar inom förskola och skola ska tillhandahållas efter samråd med föräldrar. Behov av specialkost av medicinska skäl ska av förälder alltid meddelas skolhälsovård eller BVC som förmedlar uppgifterna till måltidsenheten. Kontakt med läkare eller dietist kan i svårare fall av matöverkänslighet vara nödvändig för att säkerställa näringsintaget.

Specialkost kan beställas på följande grunder:

- **sjukdomsrelaterade** – eftersom behovet av specialkost kan förändras när barnet växer krävs kontinuerlig uppföljning. Nytt specialkostintyg bör därför inkomma varje år.
- **religiösa eller etiska** – vid samråd med föräldrarna lämnas information om möjligheterna att tillgodose barnens behov av och önskemål om den aktuella kosten.

Vid all servering av specialkost till barn och ungdomar bör man sträva efter att maten, så långt det är möjligt, liknar den mat som serveras till de andra barnen samma dag.

Vuxna

Specialkost till vuxna personer tillhandahålls utifrån den enskildes behov. Kosten ska även diskuteras tillsammans med den enskilde och eventuellt närstående. Inom det särskilda boendet ska ordinationen göras av sjuksköterska, läkare eller dietist.

Specialkost tillhandahålls på följande grunder:

- **sjukdomsrelaterade** – kontakt med läkare, dietist eller sjuksköterska är nödvändig för att säkerställa att rätt kost serveras. Kostbehandlingen måste utvärderas regelbundet.
- **religiösa eller etiska skäl** – specialkost serveras enligt den enskildes önskemål och behov. Samråd med anhöriga och vårdpersonal kan vara värdefullt för att klargöra möjligheterna att tillgodose önskemål om starkt avvikande kost.
- **kost med avvikande konsistens** – behovet av konsistensförändring av maten bör särskilt beaktas. Personalen utgör här en viktig länk för att förmedla individens behov till patientansvarig sjuksköterskan. När konsistensanpassad mat serveras ska den tillagas som timbal eller grov paté, den ska inte passeras.
- **minskad aptit** – om aptiten är så dålig att personen endast äter mycket små portioner ska behovet av energi- och proteinrik kost (E-kost) och eventuell näringsdryck utredas. I detta läge är mat en del i en medicinsk behandling och ordination ska komma från läkare, dietist eller sjuksköterska.

Vill du veta mer?

Allmänt

- Svenska Näringsrekommendationer (SNR) 2005, www.slv.se
- EU:s förordning, (EG) nr 852/2004
- Handbok för säker mat inom vård, skola och omsorg, www.slv.se
- Lagstiftning och livsmedelshygien hittar du på www.slv.se. Broschyrer och PDF-filer finns i deras webbutik

Skola och förskola

- Bra mat i förskolan – Livsmedelsverket 2007, www.slv.se
- Bra mat i skolan – Livsmedelsverket 2007, www.slv.se
- Bra skolmat – mycket mer än maten på tallriken
Livsmedelsverket 2011, www.slv.se
- Smartare skolcafeteria. www.folkhalsoguiden.se

Äldre och funktionshinder

- Bra mat i Äldreomsorgen – Livsmedelsverket 2011, www.slv.se
- Näring för god vård och omsorg – Socialstyrelsen 2011,
www.socialstyrelsen.se
- Geriatrisk nutrition. Gerd Faxen Irving, Britta Karlström, Elisabeth Rothenberger, Studentlitteratur 2010
- Och vad kan jag göra? – Tips och råd om mat och måltider i hemtjänsten. Åsa Carlstein, Kommentus 2010
- Äta, röra sig och må bra – för personal i gruppbostad och daglig verksamhet, www.folkhalsoguiden.se

Miljö och egenkontroll

- Göteborgs Stads Miljöpolicy, www.goteborg.se
- Klokboken – 24 miljömåltider från storköken i Göteborg, Miljöförvaltningen Göteborg Stad 2010. www.miljo.goteborg.se
- Ät S.M.A.R.T. – Ett utbildningsmaterial om maten, hälsan och miljön. www.folkhalsoguiden.se
- Säsongsguiden, www.folkhalsoguiden.se





Göteborgs
Stad