



Checklista för måltider	OK
Inför måltid	
Vid hantering av mat gäller rent förkläde, rena händer och uppsatt hår.	
Planering för raster och arbetsuppgifter görs så att måltiden kan bli lugn och lämpligt bemannad.	
Informera alltid vikarier och praktikanter om vilka rutiner som gäller vid måltider.	
Inför varje måltid presenteras dagens meny muntligt och skriftligt.	
Förbered serveringsvagn, med exempelvis <ul style="list-style-type: none"> • måltidsdryck • uppläggningsfat och skålar • dessertservis 	
Hantera mattransport eller hämta matvagn. Kanske någon gäst vill hjälpa till.	
Halvtimmen innan maten serveras	
Börja duka tidigast 30 minuter före måltiden.	
Värm tallrikar, uppläggningsfat och skålar i ugn eller micro. Varma tallrikar håller maten varm längre.	
Duka med tydliga kontraster, låga bordsdekorationer efter årstid, duk eller bordstablett, servetter, glas och bestick. Annan dukning kan förekomma på demensenhet.	
Duka fram kryddor och lämpligt tillbehör beroende på dagens meny, exempelvis rödbetor, senap eller lingon. Allt som står på bordet tillhör kommande måltid.	
Vid behov möblera om efter dagsituation och antal måltidsgäster.	
Möbler, hjälpmedel och servis är anpassade till enskildas behov. Det är viktigt med rätt stöd vid funktionsnedsättning, så att det blir möjligt att själv vara aktiv vid måltiden.	
Förberedelser som skapar lugn vid måltiden är bland annat avklarade toalettbesök, ge hjälp till hen som behöver innan måltiden samt följ de som behöver support till matsalen och till sin sittplats.	
Stäng av TV, radio, mobiltelefoner och andra störande ljud. Diskmaskinen kan slås på efter att måltiden är över. Ljudet kan vara störande.	
Om önskemål finns, sätt på lugn och harmonisk musik på mycket låg volym.	
Tänd lämplig belysning i matsalen.	
Mat förbereds eller serveras i nära anknytning till att den skall ätas. Då bibehålls näringsämnen och maten ser tilltalande ut.	

I samband med måltid	
Varje matgäst väljer själv sin plats att sitta och det finns möjlighet att äta avskilt.	
Medicin som skall tas i samband med måltid förbereds och ges före måltiden.	
Maten serveras från uppläggningsfat och skålar på bordet eller från serveringsvagn vid bordet.	
Värmevagn och kantiner ska ställas åt sidan under måltiden, de är endast avsedda för transport av maten till och från köket.	
Matgästen tillfrågas om önskemål, exempelvis vad som önskas att dricka.	
Matgästen uppmuntras till att lägga upp maten själv och att själv bestämma portionsstorlek samt välja måltidsdryck själv.	
Maten läggs upp fint på tallriken, varje komponent för sig.	
Måltiden presenteras muntligt. Detta är extra viktigt vid synnedsättning.	
Goda möten och lugn och ro	
Anpassa antalet personal som sitter med under hela måltiden och med de måltidsgäster som behöver stöd och uppmuntran.	
Personal som sitter med vid måltiden uppmuntrar till goda samtal med matgäster vid deras bord.	
Personal som sitter med vid matbordet undviker arbetsprat i samband med måltiden.	
Matgästen ska ges god tid att äta.	
Matgästen erbjuds eller uppmuntras till att ta mer mat.	
Desserten serveras när matgästen önskar eller verkar vara nöjd med varmrätten.	
Efter måltiden	
Avdukning startar först när alla har ätit klart, när var och en visat sig nöjd.	
Ge stöd till den som behöver hjälp från bordet. Passa på att fråga hur maten smakade.	
Personal kan gärna sitta kvar en stund vid bordet efter måltiden, samtala, läs tidningen eller spela något spel tillsammans med matgästen tills hen signalerar att det är dags att röra på sig.	
När matsalen är tom diskas porslin, kantiner sätts in i kall del av matvagnen, bord och stolar ställs i ordning. Hantera matvagn och töm kompostpåse.	

Checklistan är ett komplement till Göteborgs stads anvisningar för måltider inom Äldre samt vård och omsorgsförvaltningen. Se även Fem aspekter på måltidsmodell, FAMM.

Använd checklistan i det dagliga arbetet. Genomför gärna måltidsobservationer var tredje månad.