

Styrande dokument

Kost- och måltidspolicy

Fastställd av kommunfullmäktige 2008-08-18 § 134

Senast reviderad av kommunfullmäktige 2020-09-14

Gäller från och med 2020-10-16

Ersätter Kostpolicy

Omfattning

Oskarshamns kommuns kost- och måltidspolicy omfattar verksamheterna inom förskola, skola, äldreomsorgens vård- och omsorgsboende, seniorrestauranger, matdistribution (leverans av matlådor), dagverksamhet, omvårdnad och service i hemmet samt för övriga verksamheter som på något sätt hanterar mat och måltider.

Syfte

- Att klargöra ansvarsområde och skapa ett gemensamt förhållningssätt till mat, måltider och måltidsmiljöer
- Att tydliggöra vilka krav och förväntningar som är realistiska att ställa på måltiden och måltidssituationen i kommunens olika måltidsverksamheter
- Att säkerställa och ge förutsättningar för att erbjuda likvärdig kvalitet på maten och måltidernas innehåll och omfattning för förskola, skola och äldreomsorg

Måltiderna

Maten och måltiderna har stor betydelse för matgästernas välmående och trivsel. Vid planering av måltider ska Livsmedelsverkets måltidsmodell vara utgångspunkten för att främja samsynen på hälsa, kvalitet, hållbarhet, säkerhet, trivsel och pedagogiska aspekter. Måltidsmodellen består av sex olika områden och alla är lika viktiga att arbeta med inom förskolan, skolan och äldreomsorgen för att ge en helhetssyn på måltiderna.



Kost- och måltidspolicy

- **God** - Att laga god mat kräver kunskap och kompetens men det är även viktigt hur maten presenteras.
- **Integrerad** - Integrerad innebär att all personal som arbetar inom förskolan, skolan och äldreomsorgen är viktiga för att ge en positiv måltidsupplevelse.
- **Trivsamt** - Ett trevligt bemötande och en fräsch lokal bidrar till matlust och gör måltiden trivsamt.
- **Hållbar** - Hållbar mat påverkar miljön på olika sätt men genom medvetna livsmedelsval kan miljön belastas så lite som möjligt.
- **Näringsriktig** - Mat och matsedlar ska anpassas efter målgruppen för att den ska bli näringsriktig.
- **Säker** - Maten som serveras till gästerna ska vara säker och de ska kunna känna sig trygga i att det är fallet.

Gemensamt för alla kommunens verksamheter

- Alla verksamheter som hanterar livsmedel eller färdiglagad mat ska ha rutiner och system för egenkontroll som säkerställer att mat förvaras, hanteras och serveras på ett nytt livsmedelshygieniskt säkert sätt (Branschriktlinjer för offentlig säker mat, Sveriges kommuner och regioner 2019).
- Alla verksamheter ska arbeta aktivt för att minimera matsvinn.
- Livsmedel och mat ska distribueras på ett sätt som tar hänsyn till miljön. Effektivisering av transporter inom kommunen bidrar till färre körningar och minskar utsläpp av miljöfarliga ämnen.
- För en hållbar utveckling ska alla verksamheter välja livsmedel som är säsonganpassade, vilket gynnar klimatet och den biologiska mångfalden. Vi ska eftersträva att servera svenska och närproducerade livsmedel. Tillgång och ekonomi ska styra i vilken omfattning inköpen sker.
- Kött som köps in ska vara slaktat enligt Jordbruksverkets godkända metoder. Fisk som serveras ska enbart komma från hållbara bestånd.
- Ambitionen är att öka andelen lokalproducerade livsmedel som uppfyller ställda krav. Tillgång och ekonomi styr i vilken omfattning ökningen och inköpen sker.
- Specialkost ska erbjudas till matgäster som av medicinska skäl behöver det utifrån diagnos och ordinerad behandling. Ur ett säkerhetsperspektiv ska specialkost på medicinska grunder styrkas av intyg från legitimerad läkare eller legitimerad dietist. Specialkost definieras som mat vid specifika sjukdomstillstånd som exempelvis glutenfri kost, laktosfri kost, komjölkproteinfri kost, fettreducerad kost och proteinreducerad kost.
- Övertygelsekost som exempelvis glutenfri kost utan diagnos, kost utan E-nummer, ekologiska livsmedel med mera, ska inte serveras.
- Lakto-ovo-vegetarisk kost ska erbjudas till matgäster som efterfrågar fläskfri kost och/eller ritualslachtat kött eller alternativ till blodmat.
- Vegankost som kräver goda kunskaper och användning av berikade livsmedel samt kosttillskott ska inte serveras.
- Personal som arbetar med mat och måltider ska ha kunskap för sitt uppdrag och kontinuerligt genomgå adekvat utbildning för att hålla sig uppdaterade.

Kost och måltidspolicy för förskolan och skolan

- Verksamheterna ska följa lagar, föreskrifter och direktiv som gäller nationellt för mat och måltider i förskolan och skolan. (Bra måltider i förskolan, Livsmedelsverket 2016) (Bra måltider i skolan, Livsmedelsverket 2018)
- Alla måltider som erbjuds ska utgå ifrån ett hälsosamt utbud av livsmedel i arbetet för jämlik hälsa och en hållbar utveckling.
- Delarna i måltidsmodellen ska integreras i verksamheterna.
- Vid servering av specialkost ska största hänsyn tas till att maten så långt det är möjligt liknar den mat som serveras till övriga matgäster.
- Barn och elever ska ha möjlighet att äta i lugn och ro utan tidspress. Detta ökar förutsättningarna för att orka med dagen och på så sätt presterar bättre.
- Ambitionen är att lunchen ska serveras tidigast klockan 11.00.
- Antalet som äter samtidigt i skolrestaurangen ska begränsas efter antalet sittplatser. Eleverna ska ha möjlighet att sitta minst 20 minuter för att äta.
- Varje dag ska ett lakto-ovo-vegetariskt alternativ serveras till skollunchen.
- Personal som äter med barn och elever ska vara förebilder och visa ett positivt förhållningssätt till mat, fysisk aktivitet och hälsa.
- Verksamheterna ska aktivt arbeta med att göra barn och elever medvetna om hur deras val av livsmedel och den egna livsstilen har betydelse för hälsan, miljön och samhället.
- Det ska finnas ett måltidsråd vid varje förskola och skola som stimulerar möjligheterna att påverka måltiderna och måltidsmiljön.
- Avgiftsfri skollunch ska erbjudas till elever inskrivna i gymnasieskolan trots att det inte är reglerat i skollagen.

Kost och måltidspolicy för äldreomsorgen

- Måltider som serveras inom äldreomsorgen ska uppfylla det som rekommenderas av Livsmedelsverket (Bra måltider i äldreomsorgen, Livsmedelsverket 2018) och Socialstyrelsen (Att förebygga och behandla undernäring. Kunskapsstöd i hälso- och sjukvården och socialtjänst, Socialstyrelsen 2019) (Förebyggande och behandling av undernäring, SOSFS 2014:10).
- Maten ska vara smaklig av god kvalitet och omväxlande. Valmöjligheter i matsedel och lyhörddhet inför matgästernas önskemål är viktiga för att påverka aptiten.
- Maten ska anpassas till säsong, helgdagar och årstider och dukas fram på ett inbjudande sätt.
- Inom äldreomsorgen ska mat och måltider ses som en integrerad del av omvårdnaden och en plan ska utformas på varje enhet utifrån måltidsmodellen.
- Ansvar för måltiderna ska framgå i lokala rutiner och på individnivå i genomförandeplanen och vid behov i en vårdplan.

Kost- och måltidspolicy

- I heldygnsomsorg ska frukost, lunch, middag och minst tre mellanmål ingå där varje måltid innehåller protein. Mellan måltiderna ska dryck erbjudas. Måltiderna ska fördelas jämnt över dygnets vakna timmar för att underlätta upptaget av näringsämnen i maten som är sämre hos äldre personer.
- Till alla över 75 år med heldygnsomsorg ska tillskott av 20 mikrogram D-vitamin erbjudas för att komma upp till rekommenderad nivå som inte nås via maten.
- Den enskilde ska ha tillräckligt med tid för att kunna äta måltiden i lugn och ro. Måltidsmiljön ska vara anpassad så att den underlättar för personer med kognitiv nedsättning, synsvårigheter, koncentrationssvårigheter eller andra besvär.
- Äthjälpmedel vid måltiden ska tillhandahållas av respektive enhet.
- Nattnattfastan ska inte överstiga 10 timmar då lång nattfasta verkar nedbrytande på kroppen och ökar risken för undernäring som kan leda till infektioner, depressioner och fallolyckor.
- Personer som bor i det egna hemmet ska vid behov få bistånd för stöd och hjälp vid måltider.
- I vård och omsorgsboende (inklusive korttidsboende) ska kosttillägg som ordineras köpas in och bekostas av respektive vård- och omsorgsenhet. För den enskilde ingår kosttillägg i avgiften för heldygnsomsorg.
- Det ska finnas rutiner för att förebygga, upptäcka och behandla ät och nutritionsproblem. En tydlig ansvarsfördelning och verktyg ska finnas för nutritionsutredning.
- Till seniorer som väljer att äta lunch på kommunens restauranger ska det finnas två huvudrätter, ett utbud av olika grönsaker, bröd och drycker.
- Konsistensanpassad mat ska kunna erbjudas och ordineras gärna i samarbete med logoped.
- Personal inom vård- och omsorgsboende och vid vård och omsorg i hemmet ska ha kunskap och förutsättningar för att skapa en trivsamt måltid och servera maten på ett tilltalande sätt.
- Inom vård- och omsorgsboende ska det finnas ett måltidsråd som ger möjlighet att påverka maten och måltidsmiljön.

Uppföljning och utvärdering

Uppföljning och utvärdering sker i samband med ny mandatperiod.