

# PROGRAM

Program för  
**MÅLTIDSVERKSAMHETEN I  
SIGTUNA KOMMUN**



Dokumentnamn

Program för måltidsverksamheten i Sigtuna kommun

Dokumenttyp

Program

Fastställt/upprättad

2022-03-31

Diarienummer

KS/2021:588

Giltig till

Tillsvidare

Dokumentansvarig/processägare

Chef Måltidsservice

Beslutsinstans

Kommunfullmäktige

Dokumentet gäller för

Barn- och ungdomsförvaltningen, äldre- och omsorgsförvaltningen, utbildnings- och arbetsmarknadsförvaltningen samt övriga med koppling till måltider för barn, elever och brukare.

Tidigare revidering, datum och diarienummer

Program för måltidsverksamheten i Sigtuna kommun, 2018-05-22, BUN/2018:62

**Inledning** Sigtuna kommun främjar utvecklingen för ett hållbart samhälle, vilket innebär att kommunens val är medvetna ur sociala, ekonomiska och miljömässiga aspekter. För att säkerställa att barns rättigheter tillgodoses arbetar Sigtuna kommun enligt FN:s barnkonvention.

Hänsyn ska tas till den nationella livsmedelsstrategin med sikte mot år 2030 som antogs av riksdagen den 20 juni 2017 och är den första svenska livsmedelsstrategin som omfattar hela livsmedelskedjan. En långsiktig strategi ska bidra till att potentialen för hela livsmedelskedjan nyttjas fullt ut. Det innebär en ökad och hållbar produktion av mat som kan leda till fler jobb och hållbar tillväxt i hela landet och ge konsumenter, oavsett bakgrund, bättre förutsättningar att göra medvetna val. Jordbruksverket har i uppdrag att utarbeta en åtgärdsplan och etappmål som syftar till att nå de inriktningsmål som regeringen satt upp, såsom att 60 % av den offentliga livsmedelskonsumtionen ska utgöras av certifierade ekologiska produkter år 2030.

Sigtuna kommun har sin måltidsverksamhet inom skilda områden såsom utbildning (förskola, förskoleklass, skola, gymnasium och fritidshem), äldreomsorg, gruppboenden och dagligverksamheter. Brukare som av Sigtuna kommun får måltiden ombesörjd på något sätt i sin bostad ska innefattas i programmet för måltidsverksamheten där det är möjligt.

Totalt serveras ca 10 000 portioner dagligen.

All måltidsverksamhet ska bedrivas utifrån ett helhetsperspektiv. Kommunens måltidsverksamheter ska pedagogiskt stödja individer till hållbara och hälsosamma val för långsiktigt goda matvanor. Helhetsperspektivet innebär att mat och måltider är en del i ett större sammanhang och av stor betydelse för att nå en god hälsa hos kommunens invånare sett ur ett livslångt perspektiv. Sund och näringsriktig mat är en viktig förutsättning för god hälsa.

Måltider är centrala i våra liv, som njutning, källa till glädje och som mötesplatser. Måltiderna ska förmedla matglädje och ska vara en del i bevarandet av traditionell mat samt främja utvecklingen av modern mat. Variation och bredd i utbud eftersträvas. Mat och råvarors ursprung samt påverkan på klimat och miljö ska lyftas fram.

## Innehåll

En bra måltid är mer än maten på tallriken .....	5
Syfte .....	5
Mål .....	5
Måltidsmodellen - för bra måltider .....	6
God och hälsosam mat av hög kvalitet .....	6
Matsedelsplanering.....	6
Näringsriktig .....	7
Integrerad.....	7
Trivsamt.....	7
Säker mat.....	8
Kunskap och kompetens .....	8
Tillgänglig information .....	8
Läkarintyg för allergi och särskild kost .....	8
MILJÖSMART .....	8
Miljö och hållbar utveckling .....	8
Mål – hållbarhet.....	8
ÅT S.M.A.R.T.....	9
Hållbara inköp .....	10
Hållbar ekonomi.....	10
Ansvarsfördelning .....	11
Gemensamt ansvar .....	11
Måltidsservice ansvar.....	11
Rektors ansvar .....	11
Enhetschef, särskilda boenden ansvar .....	11
Uppföljning.....	11

## En bra måltid är mer än maten på tallriken

En bra måltid får matgästen att må bra och känna matglädje. Att maten är god och måltidsmiljön trivsamt är viktigt för att maten ska hamna i magen. En bra måltid ska också vara näringsriktig och säker att äta. Dessutom ska måltiden vara ekonomiskt, socialt och miljömässigt hållbar. Med integrerad menas att måltiden tas tillvara som en resurs i verksamheten, exempelvis i den pedagogiska verksamheten eller i omvårdnaden. För att nå god kvalitet på alla områden krävs samverkan. (källa SLV)

## Syfte

Programmet för måltidsverksamheten syftar till att:

- Stärka matens betydelse i Sigtuna kommuns verksamheter och bidra till en hållbar kommun.
- Bidra till att kommunikation, samverkan och medvetenhet inom området ska öka.
- Matgästerna ska känna trygghet i att det serveras måltider som är säkra, välsmakande och näringsriktigt väl sammansatta med gästen i fokus.
- Måltiden ska vara integrerad, dvs måltiden ska tas tillvara som en resurs i pedagogiska verksamheten och i omvårdnaden.
- Inspirera och skapa bra hållbara matvanor för barn och elever.
- Bidra till ett bra näringsintag och förebygga undernäring hos de äldre.
- Måltiderna är något man ser fram emot under dagen.
- Minska måltidernas miljöpåverkan.
- Verka för att alla livsmedelsinköp blir mer hållbara; ekonomiskt, socialt och miljömässigt.

## Mål

Programmet för måltidsverksamheten fungerar som ett styrande och vägledande dokument för att kvalitetssäkra måltidsverksamheten i det dagliga arbetet. Programmet ska användas för planering, uppföljning och vidareutveckling av måltidsverksamheten. Programmet för måltidsverksamheten ska beaktas vid upphandling av livsmedel och extern måltidsverksamhet samt inspirera fristående enheters måltidsverksamhet.

## Måltidsmodellen - för bra måltider



### God och hälsosam mat av hög kvalitet

Maten bör vara tillagad nära gästen och ska kunna avnjutas i en lugn och trivsam miljö som främjar social samvaro. Måltiden ska vara en integrerad del i det pedagogiska arbetet och omvårdnaden. Måltiderna bygger på de Nordiska näringsrekommendationerna i kombination med skollagen och livsmedelslagstiftningen.

På våra särskilda boende för äldre följer vi Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorg. Måltiderna ska serveras enligt den måltidsordning och vid de tider som rekommenderas av Livsmedelsverket. Det är viktigt att matgästerna har möjlighet till inflytande över maten. Måltidsråd eller motsvarande ska finnas i de verksamheter där det är relevant.

Alla som av medicinska skäl har behov av särskild kost, ska kunna erbjudas sådan av hög och säker kvalitet.

### Matsedelsplanering

Maten som serveras ska vara av hög kvalitet och så långt det är möjligt lagas från grunden med ett minimum av tillsatser. Maten ska varmhållas så kort tid som möjligt innan servering för att behålla textur, utseende och smak. Presentationen av maten ska bjuda in till att vilja smaka och salladsbuffén ska vara vackert upplagd med färgvariation.

Måltidspersonalen ska fortlöpande utbildas för att upprätthålla god kompetens och kunskap om råvaror och tillagningssätt. Recepten som används uppdateras regelbundet efter synpunkter från gäster och måltidspersonal.

En förutsättning för att täcka näringsbehovet på särskilda boenden är att brukaren tycker om maten och äter den. Därför är matsedeln uppbyggd utifrån brukarnas synpunkter och den justeras regelbundet. Matsedeln följer råvarornas säsong och är uppdelad på vår/sommar och höst/vinter. Personalen på boendena tillreder själva tillbehör såsom potatis och grönsaker för att den ska tillagas så nära gästen som möjligt.

## Näringsriktig

Alla matsedlar näringsberäknas och följer de Nordiska näringsrekommendationerna, NNR 2022 enligt Livsmedelsverkets riktlinjer. Rekommendationerna syftar till att både uppfylla kroppens näringsbehov och att förebygga ohälsa på sikt.

Måltiderna ska ge den energi och näring som barnen behöver för att växa, utvecklas och orka med dagarna i förskolan och skolan. Det är viktigt att frukost, lunch och mellanmål serveras på regelbundna tider och att det inte är för lång tid mellan måltiderna.

Innebörden av näringsriktig hälsosam mat är inte densamma för en frisk yngre befolkning som för äldre och sjuka inom vård och omsorg. För sköra äldre är måltidernas bidrag till god livskvalitet och bevarande av funktionsförmåga högre prioriterat. För de äldre är det nödvändigt att säkerställa innehållet av energi och näring för att bevara hälsa, funktion och förebygga sjukdom. Måltiderna ska serveras med inte alltför långa mellanrum och nattfastan ska inte överstiga 11 timmar.

## Integrerad

Förskolan och skolan har en pedagogisk möjlighet att visa barnen och elever vad som är miljösamt och hälsosamt mat och på så sätt ge barnen en god grund för bra matvanor. Skolmåltiden kan användas som en pedagogisk resurs -inte minst inom skolans uppdrag att ge eleverna kunskap om en hållbar livsstil.

Elevernas inflytande och delaktighet i måltiderna ska utvecklas genom exempelvis måltidsråd tillsammans med måltidspersonal, pedagoger och elever varje termin. Regelbundna enkäter ska utföras på förskolor, skolor och särskilda boenden för att fånga upp synpunkter som rör måltiderna.

Äldre personer ska kunna vara delaktiga och fortsätta påverka sin vardag trots att man inte längre bor hemma. Det kan exempelvis handla om att få fortsätta äta det kvällsmål man är van vid. Att maten konsistens anpassas på grund av tugg- och sväljsvårigheter eller att kunna välja om man vill äta ensam eller i sällskap med andra. Personalen på särskilda boendena deltar aktivt i måltiderna och har en dialog med brukarna som rör måltiderna. Man har regelbundna måltidsråd på särskilda boendena där brukarnas och anhörigas synpunkter fångas upp.

## Trivsamt

Måltiden bör vara en så stressfri, lugn och trivsamt stund som möjligt med ett respektfullt och positivt bemötande mellan barn och vuxna.

Måltidsmiljön där barnen äter bör utformas så att både barn och vuxna tycker att det är trevligt att äta där. Måltidspersonalen ser till att hålla rent och snyggt runt buffén och på serveringsvagnar.

Närvarande pedagoger som genom pedagogisk måltid hjälper till vid buffén och vid borden samt tydliga trivselsegler gör det enklare att få en trevlig miljö för alla. Alla vuxna i matsalen ska vara en god förebild och ha en positiv syn på maten för att måltidssituationen ska upplevas som trivsamt samt locka till nya smakupplevelser.

Inom äldreomsorgen är måltiderna mycket betydelsefulla för välbefinnande och nöjdhet. Måltiderna är inte bara grundläggande för att förebygga undernäring, sjukdom och ohälsa – måltidens sociala funktion är minst lika viktig. Att få äta en

god och vällagad måltid vid ett vackert dukat bord kan bidra till glädje, trivsel och meningsfullhet.

Personal som sitter ned och äter omsorgsmåltid tillsammans med brukarna och hjälper till under måltiden skapar ro. Avstängda telefoner samt att man inte tar emot besök utifrån under lunch och middagstid skapar också en lugnare miljö.

Oavsett ålder är det viktigt att måltiderna intas i en lugn och trivsamt miljö där det är trevligt att äta.

## Säker mat

### Kunskap och kompetens

Vi följer Kost- och Närings rekommendationer för allergikost och särskild kost av medicinska skäl.

För att maten ska kunna hålla en hög kvalitet ska alla som har som arbete att beställa, hantera och tillaga mat ha god kompetens i matlagning, allergi, särskilda koster, hygienfrågor, bemötande samt hållbar utveckling.

Enheterna har ett egenkontrollprogram som är anpassat för verksamheten gällande rutiner för god hygien vid livs- medelshantering. Miljö och hälsa utför kontroller regelbundet.

### Tillgänglig information

Matsedel ska alltid finnas tillgänglig via web-app, i restaurangen och via kommunens hemsida. Det ska finnas tydlig information om maträtternas innehåll vid servering, antingen skriftligt och/eller muntligt från måltidspersonalen. Alla som behöver konsistensanpassad mat ska kunna få det. Matlådor för exempelvis konsistenskost, allergi eller annan särskild kost ska vara tydligt utmärkt med namn.

### Läkarintyg för allergi och särskild kost

Alla som av medicinska skäl har behov av särskild kost, ska erbjudas sådan av hög och säker kvalitet. För att säkerställa att varje elev får säker mat begär Sigtuna kommun in läkarintyg för allergikoster och särskilda koster av medicinska skäl. På särskilda boenden görs bedömning av legitimerad personal tillsammans med brukaren när behov av specialkost uppstår.

## MILJÖSMART

### Miljö och hållbar utveckling

I enlighet med de globala målen för hållbarutveckling i Agenda 2030 arbetar vi för att minska matens klimatpåverkan. På sigtuna.se kan du läsa mer om hållbara måltider under kommunens hållbarhetsarbete.

### Mål – hållbarhet

1. Andel ekologiska livsmedelsinköp ska vara 60 % 2030
2. Matsvinnet ska succesivt minska. Mäts i g/ätande
3. Matens klimatpåverkan ska minska över tid, vilket mäts i CO<sub>2</sub>e/kg inköpta livsmedel.



Maten vi äter står för en betydande klimatpåverkan i sin helhet. Dessutom slängs ungefär en tredjedel av all mat som produceras.

Vår livsmedelskonsumtion påverkar miljön både negativt och positivt – genom medvetna val och minskat matsvinn kan måltiderna bidra till en minskad miljöpåverkan och bra villkor för både människor och djur.

Målet för ekologiska livsmedel utgår från livsmedelsstrategi för Sverige - fler jobb och hållbar tillväxt. Den säger att 60 procent av den offentliga livsmedelskonsumtionen ska utgöras av certifierade ekologiska produkter år 2030.

Inköp och utbud av ekologiska livsmedel ska succesivt öka genom aktivt arbete med menyer och påverkan av enheternas livsmedelsinköp för att nå målet.

Enheterna ska välja att köpa in säsonganpassade och ekologiska livsmedel i första hand. All mjölk och ägg som köps in är ekologiska.

Matsvinn ger en negativ miljöpåverkan och därför är minskningen av matsvinnet en viktig del i vårt hållbarhetsarbete.

Matsvinn (köks-, serverings- och tallrikssvinn) rapporteras genom daglig viktmatning per ätande. Utifrån de angivna mätvärdena ska enheterna löpande arbeta för att succesivt minska svinnet i hela kedjan.

Matens klimatpåverkan ska minska över tid genom att välja klimatsmarta livsmedel till våra maträtter, vilket i praktiken innebär att minska andelen kött och öka andelen vegetabilier i enlighet med Ät S.M.A.R.T. -modellen.

### ÄT S.M.A.R.T

Arbetsättet är genom att välja miljösmarta livsmedel till våra maträtter minska matens klimatpåverkan. Generellt innebär det att minska mängden kött och öka andelen grönsaker i maträtter på matsedeln enligt SMART-modellen.

För att inköpen av mat ska bli bättre för hälsan, ekonomin och miljön, bör de så långt det är möjligt följa Ät S.M.A.R.T.-modellen.

S.M.A.R.T. står för:

- Större andel vegetabilier
- Mindre tomma kalorier
- Andelen ekologiskt ökas
- Rätt kött, rätt grönsaker
- Transportsnålt

Ät S.M.A.R.T. -modellen är framtagen av Centrum för tillämpad näringslära vid Stockholms läns landsting med stöd från Konsumentverket och Livsmedelsverket. Ät S.M.A.R.T. bygger på de nordiska näringsrekommendationerna i kombination med de svenska miljömålen.

Inköpen ska göras hos så få leverantörer som möjligt för att minimera vår klimatpåverkan genom färre transporter.

Samverkan och verksamhetsanpassade aktiviteter som kan stimulera engagemang för miljösmarta måltider ska finnas på varje enhet. Elevernas inflytande och delaktighet i måltiderna ska utvecklas i enlighet med barnrättsperspektivet.

Vid upphandling av livsmedel ställs höga krav på kvalitet, miljöhänsyn och djurhållning. Närodlade(svenskt) och lokalodlade(inom 20 mils radie) alternativ ska komplettera utbudet och inspirera måltidspersonalen till säsongsanpassning och lokal förankring.

### **Hållbara inköp**

Sigtuna kommun är en stor inköpare av livsmedel. Medvetna inköp är bra för miljön, klimatet, arbetsmiljön och hälsan.

Livsmedelsupphandlingen utgår från Upphandlingsmyndigheten som utvecklar och förvaltar hållbarhetskriterier som beaktar miljö- och sociala hänsyn i offentliga upphandlingar. Vad gäller antibiotika ska det inte användas i till växtbefrämjande syfte, utan endast användas när det är veterinärmedicinskt motiverat. Ekologiska produkter uppfyller detta krav. Dokumenterade rutiner för antibiotikaanvändning ska finnas på produktnivå och vara tillgänglig vid förfrågan.

### ***Rättvis handel och etisk konsumtion***

Genom att ta hänsyn till rättvis handel vid upphandling kan kommunen bidra till att skapa bättre förutsättningar för odlare och arbetare i länder med utbredd fattigdom.

Etiskt certifierade produkter ska alltid vara förstahandsvalet i de produktkategorier där sådana finns.

### **Hållbar ekonomi**

#### ***Avtalstrohet***

Genom att handla inom avtal är det möjligt att få bra pris på varor och hålla kostnaderna på en så låg nivå som möjligt. Det finns redan idag ett stort antal etiskt- och miljöcertifierade produkter upphandlade av Sigtuna kommun.

Inköp av livsmedel ska ske inom upphandlade avtal. Andelen ”hållbara matvaror” ska öka både i upphandlingen och vad det gäller inköpen. Genom detta arbetssätt påverkas leverantörerna att öka utbudet av ekologiska och etiskt certifierade produkter.

#### ***Minska svinnet***

Idag slängs enligt Livsmedelsverket en tredjedel av all mat som produceras i världen. Genom att minska svinnet görs en stor insats för klimatet och miljön.

Matsvinnet synliggörs genom att mäta och redovisa detta för måltidspersonal, elever, pedagoger och övriga enheters personal. Samarbete med förskolor och skolor sker genom återkommande aktiviteter där matsvinnet står i fokus.

Alla som hanterar mat inom Sigtuna kommun ska verka för att minska svinnet, dock utan att äventyra livsmedels- säkerheten. Det matavfall som ändå genereras av Sigtuna kommuns verksamheter ska gå till biogasproduktion.

## Ansvarsfördelning

### Gemensamt ansvar

Vår vision är att Sigtuna kommuns hållbara måltidsupplevelse ska vara en av Sveriges bästa. För att uppnå detta behöver vi samverka för bra måltider i enlighet med programmet för måltidsverksamheten. För att programmets intentioner ska kunna uppnås krävs engagemang, öppenhet och ett gott samarbete mellan samtliga professioner och funktioner inom respektive förvaltning.

Vi behöver också gemensamt arbeta för att måltiderna integreras och används som en resurs både i förskolor, skolor, boenden och andra som tar del av måltiderna i syfte att uppnå bra resultat i respektive verksamheter.

### Måltidsservice ansvar

- för enheternas egenkontroll, livsmedelshygien och säker mat.
- för maten ända fram till matgästen i förskola, skola och gymnasiet samt fram till mottagningsköket inom äldreomsorgen respektive externa kunder.

### Rektors ansvar

- för måltidsmiljön och möblering i restaurangen.
- för att medarbetare har tillräcklig kunskap för att kunna hantera allergikost/särskild kost och hjälpa barn och elever.
- för att medarbetare har tillräcklig kunskap kring livsmedelshygien för att säkerställa säker mat

### Enhetschef, särskilda boenden ansvar

- kunskap om mat för äldre
- för att medarbetare har tillräcklig kunskap kring livsmedelshygien för att säkerställa säker mat
- att rutiner efterlevs i dokument: *Att äta ska vara en trevlig upplevelse med god mat.*

## Uppföljning

**Näringsriktig mat** följs upp genom att alla recept planeras i ett kostdatasystem där samtliga livsmedel från vårt grossistavtal är kopplade med näringsvärden och stäms av mot de Nordiska näringsrekommendationerna.

**Säker mat** följs upp genom enheternas egenkontrollprogram som är anpassat för verksamheten gällande rutiner för god hygien vid livsmedelshantering. Miljö och hälsa utför kontroller regelbundet.

**Ansökan för allergi- och särskild kost** för förskola och skola lämnas digitalt via kommunens hemsida av vårdnadshavarna.

**Matsvinnet** (köks-, serverings- och tallrikssvinn) mäts och dokumenteras digitalt per enhet dagligen för uppföljning och åtgärder.

**Hållbarhetsmål** (minska matsvinn, öka andel ekologiska livsmedel, minska klimatpåverkan) följs upp månadsvis genom digitalt statistiksystem.

**Regelbundna enkätundersökningar** genomförs på förskolor, skolor och särskilda boenden årligen. Där det är möjligt inkluderas frågorna i befintliga årliga enkätundersökningar.