



Måltidsprogram för Lerums kommun 2023-2030

Tillsammans skapar vi den bästa måltiden

Datum för fastställande	2023-05-24 § 69
Diarienummer	SBN23.464
Beslutsinstans	Samhällsbyggnadsnämnden
Dokumentansvarig	Sektor samhällsbyggnad
Datum för revidering	Vid behov
Giltighetstid	Tills vidare

Revideringar

Datum	Ändringar	Sign
-------	-----------	------

Innehåll

Måltidsprogram för Lerums kommun 2023-2030

Revideringar.....	2
Innehåll.....	3
Inledning – Den bästa måltiden	4
Matens och måltidens betydelse	4
Syfte och förvaltningsövergripande målsättning	4
Måltidsmodellen.....	6
Så lyckas vi med måltidsmodellen.....	7
Vi fokuserar på måltidsgästen.....	7
Vi satsar på kunskap och kompetens	7
Vi samarbetar över gränserna	7
Målsättning och uppföljning av resultat.....	7
Den goda måltiden	8
Den integrerade måltiden	9
Den trivsamma måltiden	10
Den miljösmarta måltiden	11
Den näringsriktiga måltiden	12
Den säkra måltiden.....	13
Gemensamt ägande och samverkan – Tillsammans skapar vi den bästa måltiden	14

Inledning – Den bästa måltiden

Matens och måltidens betydelse

Matens betydelse för hälsa, välbefinnande och livskvalitet kan knappast underskattas. Inte heller matens betydelse ur ett ekologiskt, ekonomiskt och socialt hållbarhetsperspektiv. Den bästa maten och måltiden är den som bidrar till att vi mår bra och håller oss friska livet ut, samtidigt som den bidrar till en välmående planet.

Livsmedelskedjan påverkar och påverkas direkt och indirekt av alla målen i Agenda 2030. Det handlar om allt från primärproduktion, fiske och dricksvatten till konsumtion, klimat och hälsa. På livsmedelsområdet knyter agendan an till Sveriges nationella miljömål, folkhälsomål och den nationella livsmedelsstrategin och skapar ett paraply för alla olika perspektiv på mat.

Mat berör och engagerar, skapar minnen för livet. Mat knyter samman generationer och förenar kulturer. Genom maten kan vi resa runt jorden samtidigt som vi sitter vid ett bord. Eftersom maten är en så väsentlig del av livet och vardagen, skapar den också debatt och ibland konflikt.

I Sveriges kommuner serveras varje dag miljontals måltider vars kvalitet har en direkt inverkan på den övriga verksamheten. En strävan efter den bästa möjliga måltiden ger förutom nöjda måltidsgäster och mer välmående invånare, även stolta medarbetare i både kök och kringverksamheter. Bra måltider färgar alltså av sig och bidrar till att höja kommunens kvalitet i vidare bemärkelse. Detta utan att det behöver kosta mer. De allra dyraste måltiderna är de som inte tas tillvara i kärnverksamheten och de som inte äts upp. Med engagemang, kompetens och samverkan finns stora vinster att hämta hem.

Lerums kommun är inget undantag vad gäller måltidens betydelse. Det är snarare så att mat och måltidsupplevelser ofta hamnar i fokus, dels genom förväntningar och kvalitetskrav från invånare och kommunala måltidsgäster, dels genom kommunens hållbarhetsarbete, och inte minst genom det lokala näringslivet med flera starka matprofiler och företag.

Syfte och förvaltningsövergripande målsättning

Detta måltidsprogram ska fungera som ett förvaltningsgemensamt styrdokument för kommunens måltider. Bakgrunden till måltidsprogrammet är dels att den tidigare kommunala styrningen via de s.k. kvalitetsnivåerna för måltidsverksamheten upphört att gälla, samt att Sverige fått sin första nationella livsmedelsstrategi, med sikte mot år 2030 och det politiska beslutet om Agenda 2030. Måltiderna inom den offentliga sektorn ska bidra till en ekologisk, social och ekonomisk hållbar utveckling

Ett nytt måltidsprogram ger de involverade verksamheterna en tydlig bild av vilken ambitionsnivå som ska gälla, samtidigt som det ger invånare och måltidsgäster en tydlig bild av vilka förväntningar de ska kunna ha på kommunala måltider.

Målsättningen med programmet är att skapa förutsättningar för den bästa möjliga måltiden i Lerums kommuns regi. Alla måltider ska uppnå Livsmedelsverkets riktlinjer och ha en tydlig koppling till de globala målen i Agenda 2030.

Måltidsprogram för Lerums kommun



Bildkälla: globalamalen.se

För att lyckas med målsättningen krävs en helhetssyn och lyhördhet för måltidsgästernas behov och önskemål, vilket bäst illustreras i Livsmedelsverkets Måltidsmodell som därför fått ge måltidsprogrammet dess struktur. För att nå god kvalitet på alla områden i denna modell krävs ett förvaltningsgemensamt ägande av måltidsprogrammet och en god samverkan i flera nivåer.

Måltidsmodellen

En bra måltid är mycket mer än maten på tallriken. Förutom att bidra till hälsa och hållbar utveckling behöver måltiden också utformas så att den verkligen hamnar i magen. Måltiderna ska vara goda, näringsriktiga och säkra att äta. Dessutom bör de tas tillvara som en integrerad del i verksamheten, exempelvis i pedagogik och omsorg.

Som stöd i offentliga verksamheters arbete med måltidernas kvalitet har Livsmedelsverket tagit fram Måltidsmodellen¹ som ger ett helhetsperspektiv på bra måltider och kan användas i såväl planering som uppföljning.

Modellen består av sex pusselbitar som alla är viktiga för att de offentliga måltiderna ska skapa matglädje och bidra till hållbar utveckling.



För att kunna lägga detta pussel krävs kompetens, engagemang och samverkan. Det i sin tur fordrar en flexibel organisation med fungerande kommunikation mellan olika nivåer, och naturligtvis även med måltidsgästerna.

I samband med upphandling kan Måltidsmodellen även användas som stöd för de som planerar och tar fram upphandlingsunderlag.

- God och Trivsamt – Att måltiden upplevs som god och trivsamt är viktigt för att maten ska hamna i magen.
- Näringsriktig och Säkert – En bra måltid är även näringsriktig och säkert att äta.
- Miljösmart – Med miljösmart menar vi måltider som bidrar till en miljömässigt hållbar utveckling och de nationella miljömålen.
- Integrerad – Med integrerad menas att måltiden tas tillvara som en resurs i verksamheten, exempelvis i den pedagogiska verksamheten eller i omvårdnaden

¹ Måltidsmodellen har utvecklats utifrån teoretiska modeller för måltidskvalitet som Journal of Foodservice tagit fram: Five Aspects Meal Model (FAMM). Även praktiska erfarenheter har vägts in.

Så lyckas vi med måltidsmodellen

Vi fokuserar på måltidsgästen

Det finns ingen universallösning för alla måltidsgäster. Därför är det viktigt att måltidsverksamheten genomsyras av flexibilitet och hög servicekänsla. Den som exempelvis bor på ett äldreboende eller får hjälp via hemtjänst bör kunna påverka vad, när och hur hen vill äta. Barn i förskola och skola bör involveras och ges gott om tid att äta.

Vi satsar på kunskap och kompetens

Måltidsverksamheten ska locka till sig kompetent och engagerad personal – det gör stor skillnad för förutsättningarna att kunna skapa den bästa måltiden. Alla som arbetar med eller nära måltiden behöver kunskap om vad som kännetecknar en bra måltid och vad deras egen roll i arbetet är. Detta gäller såväl medarbetare inom Måltidsservice som medarbetare inom Sektor lärande och Sektor stöd och omsorg då de befinner sig i måltidssituationen, ibland flera gånger under en arbetsdag.

Vi samarbetar över gränserna

Bra måltider kräver en organisation med tydligt mandat att driva utvecklingen framåt och som främjar dialog och samarbete mellan olika sektorer och verksamhetsnivåer. Måltiderna påverkas av flera olika aktörer vid sidan om dem som är direkt ansvariga för matlagning och servering, såsom politiker, inköpare, pedagoger, omsorgspersonal, m.fl. Det är därför av största vikt att bilden av ”den goda måltiden” är gemensam mellan dessa aktörer och att vi alla ser vår egen och varandras roll i helheten.

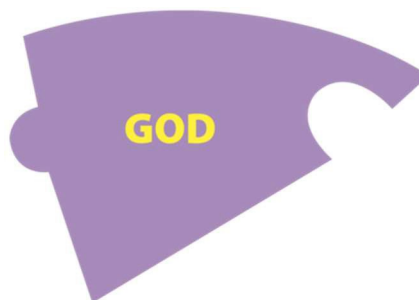
Målsättning och uppföljning av resultat

Fastställda, framåtsyftande mål kring måltiderna är viktiga för att skapa en gemensam ambition för alla inblandande kring såväl upphandling, tillagning och servering. För att lyckas med måltidsmodellen behöver målsättningen och förutsättningarna vara tydliga och gemensamt förankrade med alla involverade. Uppsatta mål och handlingsplaner ska alltid utformas med matgästen och måltidsmodellen som utgångspunkt.

Den goda måltiden

Den goda måltiden är den som måltidsgästen lockas av och tycker om, men som också utmanar deras smaker och preferenser. Med våra kommunala måltider kan morgondagens konsumenter få med sig kunskap, intresse och nyfikenhet kring mat och livsmedel. Oavsett måltidsgästernas

ålder gynnas aptit och intresse om maten presenteras och serveras på ett bra sätt. Färg, form och dofter gör att vi gärna tar lite mer och får en bättre måltidsupplevelse.



Att laga god och hälsosam mat som måltidsgästerna tycker om kräver bra råvaror, kunskap, kompetens och engagemang. Många faktorer påverkar om maten uppfattas som god och därför behöver flera perspektiv vägas in i måltidsplaneringen.

- Delaktighet, tillit och omtanke om gästen är en förutsättning för den goda måltiden, här har måltidsråden en viktig roll.
- Måltiden tillagas så nära verksamheten/gästen som möjligt. Andelen hel- och halvfabrikat ska begränsas och om de används ska de vara av god kvalitet.
- Måltidsutbudet ska möjliggöra att det dagligen erbjuds något för alla att äta.
- Menyn inom äldreomsorgen genomsyras av olika måltidstraditioner och högtider och de boende har själva stor möjlighet att få med särskilt omtyckta rätter på matsedel.
- Måltiderna tillagas av råvaror och livsmedel av god kvalitet. Strävan ska vara att maten ska lagas från grunden.
- Personal inom förskola/skola och inom vård och omsorg ska ha grundläggande kunskaper om den goda måltidens betydelse för hälsa och välbefinnande.
- Alla som befinner sig i måltidssituationen är ambassadörer för den goda måltiden. Relevanta rutiner ska vara väl kända och uppmärksammade förbättringsområden tas upp i lämpligt forum för gemensam utveckling.



2 Ingen hunger. Genom att arbeta för hälsosam och näringsriktig kost inom skola, vård och omsorg bidrar vi på lokal nivå till att uppfylla mål 2 i Sverige.

4.7 Utbildning för hållbar utveckling och globalt medborgarskap. Senast 2030 säkerställa att alla studerande får de kunskaper och färdigheter som behövs för att främja en hållbar utveckling /.../

Den integrerade måltiden

Måltiden är en resurs för hela verksamheten. I förskola och grundskola kan måltiden användas som ett pedagogiskt verktyg i undervisningen och för att väcka elevernas nyfikenhet kring mat. För sjuka och äldre är måltiden en viktig del av personcentrerad

vård och omsorg. Måltiden är för många en av dagens viktigaste ljuspunkter som bidrar med gemenskap, välgörande energi och väcker positiva minnen.



Förutom att måltiderna skapar förutsättningar för ett bra näringsintag kan de utgöra en paus med fokus på något trevligt där måltidsgästen har möjlighet att känna gemenskap, delaktighet och meningsfullhet.

En integrerad måltid bygger på samverkan mellan olika yrkesgrupper och måltidsorganisationen. Genom att låta måltidsgästen ha inflytande på måltiden, både över vilken mat som serveras och måltidsmiljön, främjas delaktigheten.

Varje berörd verksamhet ansvarar för måltidsråd i syfte att möjliggöra inflytande och delaktighet av måltiden och måltidsmiljön. Delaktighet skapar engagemang och kan leda till att mer mat hamnar i magen.

- I förskola och grundskola är måltiden en viktig del i utbildningen.
- Pedagoger och annan personal inom förskola, grundskola och gymnasieskola ska vara delaktiga och informerade för att stödja måltidsgästen till hälsosamma och hållbara matvanor.
- Måltiderna bör serveras vid samma tidpunkt varje dag för att reglera aptiten på ett bra sätt.
- Måltiderna genomsyras av ett pedagogiskt förhållningssätt där måltiden som helhet, nya livsmedel och smaker i synnerhet upptäcks med lust och nyfikenhet och utgör del i lärande och välmående.
- Variation mellan kända maträtter och nya smaker bidrar till att bredda barns och ungdomars matpreferenser samt ett varierat näringsintag.
- Integrerade måltider skapar förutsättningar för att mer mat hamnar i magen, både hos unga som äldre.



12.8 Öka allmänhetens kunskap om hållbara livsstilar. I förskola och skola bjuder måltiderna på värdefulla pedagogiska möjligheter och utgör en central del i undervisningen för hållbar utveckling. Pedagogiska måltider är ett viktigt verktyg. Kökspersonal och pedagoger arbetar tillsammans.

13.3 Öka kunskap och kapacitet för att hantera klimatförändringar.

De offentliga måltidsverksamheterna kan genom strategiska inköp och måltidspedagogik bidra till minskad klimatpåverkan på kort och lång sikt.

Den trivsamma måltiden

Det är helhetsupplevelsen av måltidssituationen som är avgörande för att skapa trivsamma måltider.

Trivsamma måltider är en förutsättning för att skapa en bra måltidssituation för måltidsgästen och en god arbetsmiljö för alla som vistas där. En välkomnande och inbjudande

måltidsmiljö ska vara grunden till att alla måltidsgäster ser måltiden som dagens höjdpunkt.



En trivsam måltidsmiljö skapas med hjälp av ljus, färg, inredning, rätt luftkvalité och tilltalande ljudnivå. Det ökar möjligheterna till mer mat i magen, välbefinnande och nöjdhet.

Inom äldreomsorgen är måltiderna inte bara grundläggande för att förebygga undernäring, sjukdom och ohälsa – måltidens sociala funktion är minst lika viktig. Att äta en god och vällagad måltid vid vackert dukat bord kan bidra till glädje, trivsel och meningsfullhet.

- Måltidsmiljön ska under hela serveringstiden vara trivsam och tilltalande för att bidra till en bra helhetsupplevelse av måltiden.
- Livsmedelsverkets måltidsordning och tidsrekommendationer gäller som utgångspunkt för våra kommunala måltider. Tillräckligt med tid att äta är en förutsättning för att skapa en trivsam måltid.
- Vuxna som äter pedagogiska måltider är närvarande och aktiva vid måltiderna för att främja både social samvaro och skapa måltidsro för måltidsgästerna.
- Vuxna som arbetar med barn, elever eller äldre vid måltiderna ska ha tillräckligt med kompetens om vad en trivsam måltidsupplevelse innebär. De är goda ambassadörer för måltiden.



4.A Skapa inkluderande och trygga utbildningsmiljöer. Skolrestaurangerna och måltiderna i förskolan är en del av skolans/förskolans utbildningsmiljö och de pedagogiska måltiderna bidrar till en tryggare måltidsmiljö.

Den miljösmarta måltiden

Måltiderna inom den offentliga sektorn ska bidra till en ekologisk, social och ekonomisk hållbar utveckling.



Hälsosam och miljösmart livsmedelskonsumtion är en förutsättning för en hållbar samhällsutveckling.

- Det bedrivs ett aktivt arbete för att minska matsvinnet och uppsatta mål finns.
- Menyerna och livsmedelsvalen anpassas för att minska måltidens klimatpåverkan. Vegetarisk kost erbjuds alltid som en naturlig del av måltidsutbudet.
- Närproducerad och ekologisk mat ska eftersträvas och onödiga transporter ska minimeras.
- Att samordna transporter till och från köket, minska energianvändningen samt källsortera avfall är exempel på andra åtgärder som minskar belastningen på miljön.
- Livsmedel som ska upphandlas ska vara producerat enligt svensk miljö- och djurskyddslagstiftning.



4.7 Utbildning för hållbar utveckling och globalt medborgarskap. Skolan ska arbeta med att i undervisningen betona hållbar utveckling.

12.3 Halvera matsvinnet i världen. De offentliga köken arbetar varje dag för att minska onödigt matsvinn i kök, serveringar och på matgästernas tallrikar.

12.7 Främja hållbara metoder för offentlig upphandling. Vid upphandling och vid inköp beställs livsmedel som möter krav på kvalitet och prestanda utifrån näringsinnehåll, miljöhänsyn, djurskydd och sociala villkor.

13.2 Integrera åtgärder mot klimatförändringar i politik och planering. Miljö och hållbarhet finns med i måltidsverksamhetens styrdokument, planering och uppföljning. Upphandlingsmyndighetens hållbarhetskriterier ställs vid upphandlingar. De livsmedel som offentlig sektor använder har möjlighet att påverka bilden av vad som anses som bra mat, de offentliga måltiderna bör vara det goda exemplet.

14.2 Skydda och återställ ekosystem. Fisk och skaldjur som köps in till våra offentliga kök är fiskad eller odlad på ett hållbart sätt och hotar inte bestånden av vissa arter.

14.4. Främja hållbart fiske.

14.B. Stöd småskalig fiskenaäring.

15.5 Skydda den biologiska mångfalden och naturliga livsmiljöer. Välj livsmedel till offentliga kök som producerats med hänsyn till den biologiska mångfalden.

Den näringsriktiga måltiden

Ohälsosamma matvanor är en stor riskfaktor för människors ohälsa.

Måltiden ska på ett jämlikt och likvärdigt sätt främja hälsosamma och hållbara matvanor hos barn och ungdomar. Genom samverkan och noggrann planering av meny och måltidsmiljö, skapas måltider som ger energi och näring för att växa, orka med skoldagen och vara fysiskt aktiv.



- Vid planering av måltider inom förskola och skola utgår vi från Livsmedelsverkets nationella riktlinjer för måltider i förskolan och skolan. Menyn näringsberäknas enligt gällande lagstiftning.
- Menyarbetet är ett komplext arbete som bygger på väl avvägda livsmedelsval som främjar hälsosamma måltidsmönster. Se bild 1.
- Strävan är att erbjuda ett utbud som tilltalar måltidsgäster med olika smakpreferenser och samtidigt inbjuder till att prova nytt.
- Caféverksamheterna bör drivas utifrån ett hälsoperspektiv med hänsyn till Livsmedelsverkets riktlinjer. Utbud och prissättning ska vara sådant att hälsosamma val främjas. Skolan ska inte främja intaget av livsmedel med tillsatt socker och bör därför begränsa utbudet av detsamma.
- Öppettider och utbud i skolkafeterior ska inte konkurrera med skollunchen eftersom målsättningen ska vara att eleverna äter av denna i första hand.

För äldre har måltiden stor betydelse för att bibehålla hälsa, livskvalitet och funktion. En välplanerad måltid kan bidra till att såväl förebygga som behandla sjukdom. Strävan är att varje omsorgstagare ska serveras måltider som anpassas efter sitt behov.

- Vid planering av måltider för äldre utgår vi från Livsmedelsverkets nationella riktlinjer för bra måltider i äldreomsorgen.



2.1 Tillgång till säker och näringsriktig mat för alla. De offentliga måltiderna i kommunen erbjuder näringsriktig och klimatsmart mat i vardagen.

2.2 Utrota alla former av felnäring. Måltiderna bidrar med de näringsämnen som är viktiga för målgruppens behov.

3.4 Minska antalet dödsfall till följd av icke smittsamma sjukdomar och främja psykisk hälsa och välbefinnande. Ohälsosamma matvanor är en av de största orsakerna till sjukdom och för tidig död.

Den säkra måltiden

All mat som serveras ska vara säker att äta och måltidsgästerna ska känna sig trygga i att inte bli sjuka av maten. Arbetet behöver ske proaktivt och vara stödjande i gällande lagar och baserade på vetenskapliga grunder.



- All personal som hanterar mat och måltider ska ha relevant utbildning och god kännedom i livsmedelshygien samt hur risker ska hanteras, förebyggas och åtgärdas.
- Måltidspersonalen erbjuds regelbundet grundutbildning i specialkost och allergi/intolerans. Repetitionsutbildningar bör eftersträvas löpande och utifrån behov inom alla verksamheter.
- I varje verksamhet där livsmedel hanteras finns tydliga rutiner och egenkontroll för säker mat. Hanteringen av måltiderna utanför skolans/boendets byggnader bygger på intern samverkan, kompetens och kommunikation för att måltiden även där ska vara säker.



2.1 Tillgång till säker och näringsriktig mat för alla. De offentliga måltiderna i kommunen erbjuder näringsriktig och klimatsmart mat i vardagen.

Gemensamt ägande och samverkan – Tillsammans skapar vi den bästa måltiden

För att programmets intentioner ska kunna uppnås krävs engagemang, öppenhet och ett gott samarbete mellan samtliga professioner och funktioner inom förvaltningen.

Källor

<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-vard-skola-och-omsorg/aldreomsorg>

<https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyror-foldrar/riktlinjer-for-maltider-i-skolan.pdf>