

Inledning

Måltiden är en naturlig och integrerad del i Vaxholms stads alla verksamheter. Tillsammans arbetar vi mot en hållbar framtid enligt Agenda 2030. Alla matgäster i kommunen erbjuds goda måltider som bidrar till hälsa, värdighet och välbefinnande. Dagligen serverar kommunen anpassade, säkra och näringsriktiga måltider i en lugn och trivsam måltidsmiljö som lockar alla sinnen.

Syfte

Måltidspolicyn anger inriktning, grunder och värderingar som styr verksamheternas arbete för en likvärdig och bra måltidskvalitet. För förskolans och skolans del så ingår måltiden som en del av utbildningen och omfattas bland annat av skollagens bestämmelser (2010:800) liksom allmänna råd. Mat och måltider för vård och omsorg vänder sig till hemtjänstverksamheter, äldreboenden och LSS-verksamheter som omfattas av socialtjänstlagen (2001:453) och allmänna råd. Måltidskvalitet följs upp och utvecklas genom systematiskt kvalitetsarbete. Övriga styrande dokument är

- Nordiska ministerrådets nordiska näringsrekommendationer (NNR)
- EU:s livsmedelslagstiftning, EU:s förordning (EG) nr 178/2002
- Livsmedelsverkets måltidsråd (förskola, skola, äldreomsorg och omsorg)
- Vaxholms stads policy för inköp och upphandling
- Vaxholms stads hållbarhetsmål baserat på Agenda 2030

Måltidskvalitet

För att kunna säkerställa kvalitet och en helhetssyn på måltider med matgästen i centrum använder sig Vaxholms stad av Livsmedelsverkets Måltidsmodell (2020).¹ Den består av sex pusselbitar där varje måltid ska vara:

- *god*
- *trivsam*
- *näringsriktig*
- *säker*
- *hållbar*
- *integrerad*



¹ Livsmedelsverkets Måltidsmodell bygger på den teoretiska modellen *Five Aspects Meal Model (FAMM)*, en övergripande styrmodell utvecklad vid Örebro universitet med utgångspunkt i matgästens behov utifrån aspekterna: rummet, mötet, maten (och drycken), styrsystemet och stämningen.

Måltidskvalitet i förskola och skola

Måltider i förskola och skola ska vara kostnadsfria. Maten ska främja barns och elevers goda matvanor, likvärdig hälsa och kunskaper om hållbar utveckling. Måltiden ska locka alla sinnen och väcka nyfikenhet för att bredda smakpreferenser och intresse för mat i en tidig ålder för en hållbar och hälsosam livsstil.



Goda måltider

Goda och hälsosamma måltider som barn och elever tycker om kräver kvalitativa råvaror samt vällagad mat från grunden av kompetent, lyhörd och engagerad personal.

I Vaxholms stad arbetar vi för att:

- laga god och hälsosam mat från grunden av bra råvaror för att vidga barns och elevers smak och preferenser
- främja yrkeskompetens med god kunskap om råvaror, menyplanering och tillagningsmetoder
- begränsa varmhållningstiden i syfte att bibehålla god hygien, säkerhet, kvalitet och smaklig måltid
- anpassa menyerna och måltidsmiljöerna efter säsong och högtider
- inte servera sötade livsmedel och dryck i förskola och skola²
- erbjuda matgäster med allergi och överkänslighet lika möjligheter till positiva måltidsupplevelser som övriga gäster.



Trivsamma måltider

Varje enskild förskola och skola har i samverkan med måltidsenheten i uppdrag att skapa en positiv måltidsupplevelse för alla barn och elever. Det innebär en trygg och trivsam måltidsmiljö med möjlighet till social samvaro. Alla matgäster ska känna sig välkomna.

I Vaxholm stad arbetar vi för att:

- alla barn och elever kan äta i lugn och ro i en trygg miljö (minst 20 minuter per måltid)
- skapa tydliga trivselregler som är utformade i samråd med barn, elever, pedagoger och måltidspersonal
- bidra till ett positivt och respektfullt bemötande i matsalen med utgångspunkt i kommunens värdegrund: *Samspel, Engagemang, Respekt (SER)*

² Vissa undantag kan förekomma vid högtider.

- hålla nere ljudnivån med hjälp av ljuddämpande åtgärder, rumsavdelare och hög vuxennärvaro
- skapa ett bra flöde runt bufféservingarna i matsalarna för kortare kötid, minskad trängsel och en lugn miljö.



Integrerade måltider

Matsalen är en social och kulturell mötesplats som ger barn och elever möjligheter till att lära, erfara och förstå olika kulturer, värderingar och livsvillkor vilket är en viktig del i förskolans och skolans läroplaner. Måltiden är en arena som kan användas för ämnesövergripande arbetssätt där olika ämnen möts. Vidare kan

måltiden nyttjas som ett pedagogiskt verktyg för att utbilda barn och elever i en hållbar och hälsosam livsstil.

I Vaxholm stad arbetar vi för att:

- få en schemalagd och regelbunden lunch i minst 20 minuter vid bordet mellan klockan 11 och 13
- göra barnen/eleverna delaktiga genom exempelvis elev-/matråd, enkäter och praktik
- etablera en samsyn om vad en pedagogisk måltid innebär (tillsyn, undervisning och relationsbyggande)
- tillgängliggöra menyerna i förväg för barn, elever och vårdnadshavare
- vuxna äter pedagogisk måltid tillsammans med barnen/eleverna
- informera vårdnadshavare om måltidernas betydelse
- involvera måltidspersonalen i förskolans och skolans dagliga verksamhet.



Näringsriktiga måltider

Näringsriktiga och hälsosamma måltider serveras i förskolan och skolan för att alla barn och elever ska växa, utvecklas och ha kraft för att kunna delta i undervisningen. Menyerna ska anpassas efter de olika behov som finns i förskola och skola. Bra matvanor grundläggs genom måltiderna och de livsmedel som menyerna innehåller. Måltiden ska gynna hälsan nu och i framtiden.

I Vaxholms stad arbetar vi för att:

- följa de nordiska näringsrekommendationerna (NNR), Livsmedelsverkets råd samt skollagen (10 kap. 10 §)
- servera måltiderna i förskolan med 2-2,5 timmars mellanrum och för att täcka 60–70 procent av dagsbehovet för energi och näringsämnen
- servera måltiderna i skolan med 2,5-3 timmars mellanrum och för att täcka 30–40 procent av dagsbehovet för energi och näringsämnen
- aktualisera medarbetares kunskaper om näringsriktig mat
- ha ändamålsenliga tillagningskök i nära anslutning till serveringen

- organisera skolkafeterior så att de inte konkurrerar med elevernas tid under lunchtid.



Hållbara måltider

Agenda 2030 ligger till grund för Vaxholms stads hållbarhetsarbete. Livsmedelsproduktion och konsumtion har stor miljöpåverkan varför miljösmarta livsmedelsval, svinnhantering och källsortering bidrar till minskad mängd växthusgaser. Tyngdpunkten i hållbarhetsarbetet ligger på de miljömässiga målen men inbegriper också de sociala och ekonomiska målen.

I Vaxholms stad arbetar vi för att:

- minimera matsvinn i alla planerings- och produktionsled
- välja animaliska proteinkällor utifrån en hållbar köttkonsumtion
- öka mängden ekologiska, svenska och närproducerade³ livsmedel
- tillaga maten med råvaror från växtriket minst en gång i veckan
- tillaga fisk från hållbara bestånd
- välja frukt och grönsaker efter säsong
- källsortera enligt kommunens avfallsplan där matavfallet samlas in separat
- minska antalet transporter
- upphandla enligt Upphandlingsmyndighetens hållbara baskrav.



Säkra måltider

Vaxholms stad bär det yttersta ansvaret att all mat som serveras är säker att äta och att gästen inte blir sjuk eller tar skada av maten. Livsmedelslagstiftningen gäller oavsett verksamhetens storlek. För att garantera och uppfylla kravet om en säker måltid krävs det anpassade säkerhetsrutiner. Olika personalgrupper behöver rätt kunskaper och förutsättningar för att uppfylla kraven på säker mat.

I Vaxholms stad arbetar vi för att:

- alla verksamheter med livsmedelshantering har anpassade rutiner för att förebygga, hantera och åtgärda risker enligt EU:s livsmedelslagstiftning
- kökslokalerna är godkända för ämnad verksamhet
- alla medarbetare som hanterar livsmedel har relevant kompetens inom livsmedelssäkerhet, specialkost och uppdateras i livsmedelshygien vartannat år
- nötter, mandel, jordnötter eller sesamfrön (inklusive medhavda) inte får förekomma i förskolans eller skolans lokaler
- specialkost tillhandahålls i enlighet med riktlinjer för specialkosthantering i Vaxholms stad.

³ Sverige, Norge och Finland.

Måltidskvalitet i vård och omsorg

Måltiderna inom vård och omsorg ska främja individens välbefinnande och hälsa samt bibehålla fysiska funktioner för en värdig livskvalitet. Maten ska vara hållbar, aptitlig, god och individanpassad där måltidsmiljön möjliggör en social och trivsamt samvaro.



Goda måltider

Goda och hälsosamma måltider kräver bra och kvalitativa råvaror samt vällagad mat från grunden av kompetent, lyhörd och engagerad personal som sätter gästen i centrum. Med variation och valmöjligheter ger vi matgästen en välsmakande måltidsupplevelse.

I Vaxholms stad arbetar vi för att:

- främja hög yrkeskompetens med god kunskap om råvaror, menyplanering och tillagningsmetoder
- planera och anpassa måltiderna utifrån gästens preferenser och hälsa
- servera måltider på ett tilltalande sätt som även lockar alla sinnen
- anpassa menyerna efter säsong och högtider
- begränsa varmhållningstiden i syfte att bibehålla god hygien, säkerhet, kvalitet och smaklig måltid
- erbjuda matgäster med allergi och överkänslighet lika möjligheter till positiva måltidsupplevelser som övriga gäster.



Trivsamma måltider

Varje enskild verksamhet inom vård och omsorg har i uppdrag att skapa en positiv måltidsupplevelse. Det innebär att tiden för måltiden är tillräcklig och äts i en trygg och trivsamt måltidsmiljö med möjlighet till social samvaro. Alla ska känna sig välkomna och lockade att njuta av måltiden.

I Vaxholm stad arbetar vi för att:

- servera regelbundna måltider i en lugn och trygg miljö
- anpassa måltidsmiljön och göra den trivsamt och tilltalande
- erbjuda möjlighet till måltid i sällskap eller enskilt
- ge gästen de fysiska möjligheterna att säkert inta måltiden
- bidra till ett positivt och respektfullt bemötande i matsalen med utgångspunkt från kommunens värdegrund: *Samspel, Engagemang, Respekt (SER)*.



Integrerade måltider

Måltiden ska användas som ett pedagogiskt verktyg för att skapa sociala sammanhang, ge trygghet- och relationsskapande förutsättningar samt bidra till en meningsfull tillvaro.

I Vaxholm stad arbetar vi för att:

- skapa goda relationer mellan matgästerna och personal genom pedagogiska måltider
- tillhandahålla matsedel före servering
- anpassa måltiden utifrån individens egna önskemål samt när och hur den intas
- skapa en delaktighet genom att gästen kan påverka planering, matlagning och servering
- etablera en välfungerande måltidskedja genom tvärprofessionell samverkan med alla yrkesgrupper i hela kedjan
- planera dygnets alla måltider där de olika yrkesrollerna samverkar utifrån genomförandeplanen och en tydlig arbetsfördelning.



Näringsriktiga måltider

Matglädje och god aptit är en förutsättning för att gästen ska tillgodogöra sig näringsriktiga och hälsosamma måltider. Måltiderna anpassas för att ge tillräckligt intag av näring och energi som är av betydelse för att bevara en god livskvalitet och funktionsförmåga hos gästen.

I Vaxholms stad arbetar vi för att:

- följa de nordiska näringsrekommendationerna (NNR) och Livsmedelsverkets råd samt socialstyrelsens riktlinjer
- anpassa måltiderna utifrån gästens medicinska, etiska och religiösa preferenser så behovet av vätska och näring blir tillgodosedda
- tillse att medarbetarna har grundläggande och uppdaterad kunskap om näringsriktig mat
- fördela jämnt över dygnet och med högst 11 timmars nattfasta
- huvudmålen ska täcka 50% av dagsbehovet för energi och näringsämnen
- frukost och mellanmålen ska täcka 50% av dagsbehovet för energi och näringsämnen
- förebygga undernäring genom kontinuerlig uppföljning.



Hållbara måltider

Agenda 2030 ligger till grund för Vaxholms stads hållbarhetsarbete. Livsmedelsproduktion och konsumtion har stor miljöpåverkan varför miljösmarta livsmedelsval, svinnhantering och källsortering bidrar till minskad mängd växthusgaser. Tyngdpunkten i hållbarhetsarbetet ligger på de miljömässiga målen men inbegriper också de sociala och ekonomiska målen.

I Vaxholms stad arbetar vi för att:

- minimera matsvinn i alla planerings- och produktionsled
- välja animaliska proteinkällor utifrån en hållbar köttkonsumtion
- öka mängden ekologiska, svenska och närproducerade⁴ livsmedel
- tillaga fisk från hållbara bestånd
- välja frukt och grönsaker efter säsong
- källsortera enligt kommunens avfallsplan där matavfallet samlas in separat
- minska antalet transporter
- upphandla enligt Upphandlingsmyndighetens hållbara baskrav.



Säkra måltider

Vaxholms stad bär det yttersta ansvaret att all mat som serveras är säker att äta och att gästen inte blir sjuk eller tar skada av maten. Livsmedelslagstiftningen gäller oavsett verksamhetens storlek. För att garantera och uppfylla kravet om en säker måltid krävs det anpassade säkerhetsrutiner. Olika personalgrupper behöver rätt kunskaper och förutsättningar för att uppfylla kraven på säker mat.

I Vaxholms stad arbetar vi för att:

- alla verksamheter med livsmedelshantering har anpassade rutiner för att förebygga, hantera och åtgärda risker enligt EU:s livsmedelslagstiftning
- kökslokalerna är godkända för ämnad verksamhet
- alla medarbetare som hanterar livsmedel har relevant kompetens inom livsmedelssäkerhet, specialkost och uppdateras i livsmedelshygien vartannat år
- servera gästen rätt måltid
- minimera risken för matförgiftning genom noggrann hygienisk hantering av vissa risklivsmedel och konsistensanpassade rätter.

⁴ Sverige, Norge och Finland.