

Kostpolicy - för förskola och skola



Inledning

En stor del av vår ohälsa beror på hur vi lever. En viktig förutsättning för en god hälsa är bra matvanor. Därför är det viktigt att maten håller en bra kvalitet i såväl hemmet som vid måltider inom förskolan och skolan.

I Arvika kommun serveras cirka 6 000 måltider per dag. Skolan har en enastående möjlighet att på ett positivt och naturligt sätt främja bra matvanor hos våra barn. Hem och familj har naturligtvis det grundläggande ansvaret för deras matvanor, men eftersom de flesta barn äter många av sina måltider utanför hemmet har andra vuxna än föräldrarna inflytande över deras matvanor.

En bra mål- tidsverksamhet inom förskolan och skolan är av stor betydelse för att främja den nationella folkhälsan.

Syfte

- Att det genom ett politiskt förankrat program ska finnas en enhetlig syn när det gäller mat inom förskola och skola. Policyn ska vara ett stöd för såväl politiker som personal, elever och föräldrar/vårdnadshavare.
- Att klargöra rättigheter och ansvar kring måltids- och kostfrågor.
- Att för tydliga vilka krav och förväntningar som kan ställas.
- Att erbjuda likvärdiga måltider vad gäller innehåll och omfattning.



Förskolans och skolans måltider

- Måltiden skall ge barn och ungdomar en näringsriktig måltid av god kvalitet enligt de näringsrekommendationer och riktlinjer som framtagits av Livsmedelsverket.
- Näringsvärdesberäknade veckomatsedlar ska finnas.
- Maten som serveras skall vara god och variationsrik och anpassad efter målgruppen.
- Alla enheter ska följa kommunens matsedlar. Matsedelns utformning avgör bland annat det näringsmässiga innehållet.
- En strävan är att lunchen ska bestå av minst två huvudrätter per dag.
- Till lunchen skall serveras ett lockande salladsbord. Grönsaker och rotfrukter väljs efter säsong och näringsinnehåll. Gurka, sallad och tomat ger mer vatten än näring och ska serveras under en begränsad tid av året.

- En strävan ska vara att förlägga lunchen mellan klockan 11.00 och 12.30 och vid samma tidpunkt varje dag. Genom regelbundenheten regleras även aptiten på ett bra sätt. Det är viktigt att en dialog förs mellan schemaläggare och kökspersonal, för att upprätta ett väl fungerande lunchschema.
- Vid servering av frukost och mellanmål ska tonvikten ligga på smörgås med pålägg, osötad mjölk eller osötade mjölkprodukter, flingor/gryn och frukt eller bär.
- Söta produkter som kräm, saft och chokladdryck ska undvikas.
- Nötter, jordnötter*, mandel och sesamfrö får inte serveras. Anledningen är att de allergiska reaktionerna kan bli mycket allvarliga eller livshotande.
- Lättmjölk och vatten ska serveras som måltidsdryck enligt Livsmedelsverkets rekommendationer.
- På förskolan ska det serveras matfett med 70 % fett per 100 gram varav högst en tredjedel är mättat fett. På skolan serveras lättmargarin.
- Det ska inrättas matråd där elever, skolpersonal och kökspersonal engageras kring maten.
- Pedagogiska måltider ska finnas. Det innebär att vuxna sitter vid samma bord, äter samma mat som barnen/eleverna och äter lika stor portion som barnen. De vuxna ska vara förebilder genom att äta all mat som serveras, visa vad en balanserad måltid är och smaka på nya maträtter med en positiv inställning.

* Jordnöt (*Arachis hypogaea*) är en art inom familjen ärtväxter



Kvalitet

- Måltidsverksamheten ska utvärderas kontinuerligt.
- Vid nyanställning av kökspersonal bör en adekvat utbildning vara ett krav.
- All personal ska kontinuerligt erbjudas kompetensutveckling inom sitt ansvarsområde.
- Personalen ska också ha en social kompetens för att arbeta med service och med barn och ungdomar.

Miljö och hållbar utveckling

Alla ska medverka till att skapa respekt och ta ansvar för miljön.

- Köken ska följa gällande livsmedelslagstiftning och kommunens hygienpolicy. Enheternas egenkontrollprogram ska vara anpassade till verksamheten och utgå från kommunens riktlinjer.
- Maten ska tillagas så nära inpå serveringstillfället som möjligt i kök anpassade till verksamheten
- Minimera antalet varutransporter till enheterna
- Matavfallsmätningar sker kontinuerligt
- Matgästen ska få ett bra bemötande och service i en trevlig matsalsmiljö. Måltiden ska även presenteras på ett sätt som främjar goda matvanor
- Det skall finnas en strävan att öka användningen av ekologiska produkter och rättvisemärkta produkter. Tillgång och ekonomi styr i vilken omfattning detta kan ske.

Specialkost

Specialkost ska tillhandahållas till barn och elever efter samråd med föräldrar/vårdnadshavare och barnhälsovård/skolhälsovård.

Specialkost kan beställas på någon av följande grunder:

- *Medicinska.* Specialkost kan erhållas av medicinska skäl efter inlämnande av intyg. Mellanmål till diabetiker kan tillhandahållas efter samråd med rektor
- *Religiösa.* Samråd ska ske med berörda kök för att se vilka möjligheter som finns att tillgodose behov och önskemål. Vi har däremot inte möjlighet att tillhandahålla halal eller koschermat på grund av svårigheter med tillgång och hantering av råvaror.
- Vi erbjuder, ur närings- och arbetssynpunkt, laktovegetarisk och lakto-ovo-vegetarisk kost. Övriga typer av vegetarisk kost till exempel vegankost kan inte tillhandahållas. För övrigt hänvisar vi till de komponenter och tillbehör som finns på ordinarie matsedel samt salladsbuffén.

Inköp

Avsikten med en upphandling är att kommunen ska göra inköp av bra produkter till ett bra pris och av bra kvalitet. Arvika kommun har tillsammans med Eda kommun ett gemensamt avtal på livsmedel.

- Inköpsansvariga ska följa ingångna anbud
- Inköpsansvariga ska var väl insatt i kommunens inköpspolicy

Ansvar

Rektor/förskolechef ansvarar för att kostpolicyn följs på de enheter där förskolan/skolans personal ansvarar för tillagning av frukost och mellanmål.

Avdelningschef och enhetscheferna är ytterst ansvariga för uppföljning av mål, fördelning av tilldelade resurser samt ansvarar för kvalitetssäkringen

Köken ansvarar för att tillagning och sammansättning av måltiden görs enligt gällande dokument. Samt att leveranser, servering och transporter sker enligt gällande rutiner och att egenkontrollprogrammet följs.

Livsmedelsverkets riktlinjer

För att läsa Livsmedelsverkets riktlinjer för bra måltider i skolan och förskolan - besök deras webbplats: www.livsmedelsverket.se.

Använd sökfunktionen, sök på "Bra mat i skolan" respektive "Bra måltider i förskolan" - där finns en pdf att ladda ner med riktlinjerna för respektive område.





ARVIKA KOMMUN

Arvika kommun, 671 81 Arvika, telefon 0570-816 00
arvika.kommun@arvika.se, www.arvika.se