



Utgivare: Kommunledningsförvaltningen

Gäller från: 2013-01-01

Antagen: KF § 355/2012.

Kostpolicy för Ronneby kommun

Bakgrund – Matens betydelse – mer än ett mål mat i Ronneby

Mat tillhör livets glädjeämnen och angår oss alla, den har stor betydelse ur många aspekter. Den är helt nödvändig, i rätt mängd och med rätt sammansättning, för att vi ska må bra och kunna prestera i förskola, skola och i arbetslivet. Maten är dessutom viktig för att nå god livskvalitet inom vård och omsorg. Att äta tillsammans har en stark pedagogisk, social och kulturell funktion.

Dessutom medför produktion och konsumtion av mat påverkan på klimatet, på miljön i jordbrukslandskapet och på arbetsförhållandena och hälsan hos dem som producerar maten. Genom medvetna val kan vi påverka alla dessa aspekter i en positiv riktning.

Kostpolicyn ska vara ett styrande dokument för att kvalitetssäkra de måltider som serveras inom Ronneby kommun. Policyn ska även användas vid planering och uppföljning av måltidsverksamheten. Alla som arbetar med måltidsverksamhet ansvarar för att policyn efterlevs. Kostenheten, rektorer och enhetschefer inom äldreomsorgen ansvarar för kvalitetssäkring och uppföljning

1. Syfte

Syftet är att alla berörda matgäster ska erbjudas god och näringsriktig kost inom kommunens samtliga verksamheter där måltider serveras. Måltiderna ska vara något att se fram emot och vara en viktig källa för sociala kontakter.

Måltiderna ska förebygga kostrelaterade problem som övervikt och fetma och därigenom minska risken för till exempel diabetes, högt blodtryck samt hjärt- och kärlsjukdomar.

De ska också verka för att grundlägga goda kostvanor samt ge kunskaper för god hälsa och välbefinnande.

Måltiderna ska anpassas efter äldres individuella behov, vanor och önskemål, främja livskvalitet och motverka undernäring för äldre.

Måltiderna ska underlätta lärandet i förskola och skola genom mätta, pigga och friska barn och elever som ser värdet i maten och måltiderna.

Strävan ska vara att göra de bästa valen av livsmedel ur etiska och miljömässiga utgångspunkter.

Erforderlig kompetens ska finnas för att uppnå hög kvalitet inom måltidsverksamheten bl.a. för upprättandet av näringsberäknade matsedlar samt för att hålla hög kvalitet på livsmedelshygienen.

2. Kvalitet

2.1 Allmänt

Matgästens behov ska vara utgångspunkten i arbetet för varje anställd som på något sätt kommer i kontakt med matgäster eller måltidsmiljön.

Inom vård och omsorg ska mat och näring ses som en integrerad del av omvårdnaden

Ansvarig personal i tillagningsköken inom kommunens verksamheter ska regelbundet erbjudas adekvat utbildning/fortbildning för att säkra rätt kompetens.

Enkel och konkret information om kommunens måltider ska finnas lätt tillgänglig i verksamheterna och på internet.

Egenkontrollprogram ska finnas och vara anpassade för den egna verksamheten. Detta gäller även cafeteriaverksamheter.

Måltidsverksamhetens kvalitetsuppföljningar utvärderas genom måltidsmöten eller brukarenkäter.

Det ska finnas ett strukturerat arbetssätt för att hantera och kommunicera synpunkter som lämnas av matgäster eller av anhöriga/föräldrar.

Samtliga kök ska arbeta med att ha sina miljö- och kvalitetskrav certifierade samt att säkerställa miljövänliga arbetsmetoder och inköpsmönster.

Åtgärder ska vidtas för att minska matsvinn ur såväl miljösynpunkt som pedagogisk synpunkt.

Samtliga kök ska följa gällande livsmedelslagstiftning och hålla hög kvalitet på livsmedelshygien.

All kökspersonal skall bära arbetskläder avsedda för kök.

Den totala varmhållningstiden av mat skall vara max två (2) timmar.

Skollunchen ska serveras mellan kl. 11.00 – 13.00 och vid samma tidpunkt varje dag. Genom kontinuitet och regelbundenhet regleras aptiten på ett bra sätt och risken för småätande minskar. Samtidigt orkar barnen och eleverna med dagen och har även större möjlighet att prestera bra.

Inom särskilda boenden ska middagen serveras mellan kl. 12.30 – 13.15. Måltider som levereras till hemmaboende pensionärer (matdistribution) ska vara levererad mellan kl. 12.00 – 13.00.

Förskolan och grundskolan ska i så stor utsträckning som möjligt, sträva efter att använda måltiden som ett pedagogiskt verktyg. Det handlar om att öka barnens förståelse för vilken mat som serveras, var den kommer ifrån och hur den tillagas.

Det är viktigt att skapa lugn och ro under måltiden. Barnen och eleverna ska ha minst tjugo minuter på sig att, sittande vid bordet, inta sin lunch.

Inom vård och omsorg ska det erbjudas en måltidsmiljö som uppfyller den enskildes behov.

Alla verksamheter ska sträva efter att alla måltidsgäster ska få servera sig maten själva.

Brukare, barn och elever ska kunna vara med och baka bröd, förbereda måltiderna eller hjälpa till i disken. Detta kan till exempel ske genom kökspraktik.

2.2 Produkter

Kvalitativa och säkra livsmedel är ett grundläggande krav på dagens mat och det är viktigt att kommunen ställer krav och följer upp dem på de livsmedel som används i kommunens matproduktion.

Produkters kvalitet handlar om dess egenskaper, smak, konsistens, utseende, ingående ingredienser och tillsatser. Svenska Livsmedelsverket (SLV) hanterar allt som rör livsmedel såsom lagar och förordningar, hygienkrav, livsmedelstillsatser mm.

2.2.1 Målet är att

- kunna utesluta tillsatser så långt det är möjligt och att fortsätta ställa krav på innehållet för att utesluta hälsoskadliga ämnen och begränsning av innehåll ur allergiska aspekter
- maten ska tillagas så nära matgästen som möjligt
- maten tillagas från grunden med råvaror av hög kvalitet och minimerar användningen av hel- och halvfabrikat
- matsedeln präglas av säsong
- valet av grönsaker/rotfrukter är säsongsanpassade
- transport av varm mat minimeras
- livsmedlen ska hanteras enligt livsmedelshygieniska regler
- produktens egenskaper i innehållsdeklarationen ska tydligt framgå
- transfetter som ingående ingrediens ska minimeras
- färdigrätter, ska märkas så att det tydligt framgår om produkten är fri från allergener
- innehåll av kött- och fiskråvara per 100 gr färdig produkt skall vara så högt som möjligt

2.3 Näring

- Maten ska vara god, omväxlande och fri från onödiga tillsatser och ursprungs- och näringsdeklareras så långt som möjligt.
- Alternativa maträtter bör serveras såväl inom utbildningsförvaltningen som inom omsorgsverksamheterna. Vid servering av alternativa rätter bör helst en rätt vara fullvärdigt vegetariskt alternativ för att minska miljöpåverkan.
- Genom att erbjuda två maträtter ökas matgästens valfrihet och inbjuder till större matglädje.

- Måltiderna ska ge samtliga matgäster en näringsriktigt sammansatt kost enligt Svenska Näringsrekommendationer (SNR) och råd utarbetade av Svenska Livsmedelsverket (SLV).
- Specialkost ska tillhandahållas av medicinska, etiska eller religiösa skäl. Vid behov ska maten även konsistens anpassas.
- För att undvika allvarliga och livshotande allergiska reaktioner får mandel, jordnötter och övriga nötter inte serveras inom måltidsverksamheten.
- Nattfastan för de äldre ska inte överstiga elva timmar. Måltiderna för övrigt ska vara väl utspridda över dygnet. Om behov finns om nattfastan blir för lång ska möjlighet till ett nattmål finnas.
- Boendeformer med totalt måltidsansvar ska servera frukost, lunch, middag samt minst tre mellanmål.
- De äldre ska även ha god tillgång till drycker så att de får i sig tillräckligt med vätska. Hänsyn ska tas till äldres hjälpbehov.
- Caféverksamheternas sortiment ska medvetet och kontinuerligt utvecklas på sådant sätt att utbudet präglas av hälsosamma alternativ.
- Cafeteriaktiviteten som vänder sig till barn och ungdomar ska i huvudsak bestå av hälsosamma produkter.

3. Måltidsmiljö

Matgästerna ska få ett bra bemötande. Det ska finnas gemensamma överenskommelser för trivsel och ordning i varje restaurang. Miljön ska vara ordnad så att alla matgäster får en god måltidsservice och tycker att det är trevligt att äta. Måltiderna ska även läggas fram på ett aptitligt sätt som främjar goda matvanor.

Matråd eller liknande som bl.a. kan stimulera engagemang för bra måltider och trevlig måltidsmiljö ska finnas.

Maten ska tillagas i ändamålsenliga kök så nära matgästen som möjligt och vid utformning av restauranger ska man sträva efter att acceptabel ljudnivå uppnås.

För brukare med behov av särskild omsorg, till exempel på grund av funktionshinder, ska tillräckligt med tid avsättas för hjälp vid måltiden. Måltiden och hjälpmedel ska anpassas utifrån den ätandes behov.

Det traditionella begreppet ”matsal” ersätts med begreppet ”restaurang”. Att sätta namn på individuell restaurang är tillåtet.

4. Hållbar utveckling och inköp

Ronneby kommun är en stor inköpare av livsmedel. Genom att göra medvetna inköp som är bra för miljön, klimatet, arbetsmiljön och hälsan kan vi påverka livsmedelsproduktionen i en hållbar riktning.

Beställaren inom verksamheten ansvarar för att inköpen sker inom upphandlade avtal.

Kommunen är klassat som Fairtrade City och strävan är att etiskt certifierade produkter ska ökas och väljas i de produktkategorier där sådana finns.

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.-modellen¹.

S.M.A.R.T. står för
Större andel vegetabilier
Mindre tomma kalorier
Andelen ekologiskt ökas
Rätt kött, rätt grönsaker
Transportsnålt

Större andel vegetabilier

En del av köttet bör bytas ut mot balj/säsongväxter. Vi ska följa tallriksmodellen för att få väl sammansatta måltider som är bra för både hälsan och miljön

Det går åt mycket mer resurser för att producera kött än att producera vegetabilier. Dessutom är utsläppen av klimatpåverkande växthusgaser betydligt högre per kilo kött än för vegetabilier.

Mindre tomma kalorier

Maten skall vara näringstät och innehålla så få tomma kalorier som möjligt.

Cafeterior som vänder sig till barn och unga skall ha ett brett utbud av hälsosamma produkter. Maten inom vården skall anpassas så att fel- och undernäring förebyggs.

Tomma kalorier är mat som innehåller mycket energi men inte ger oss näring och vitaminer. De tomma kalorierna orsakar utöver hälsoproblem även onödiga negativa miljöeffekter. Inom vården är behovet av energi- och näringstät mat ofta stort för att förebygga undernäring.

Andelen ekologiskt ökas

Kommunens mål är att år 2015 skall minst 40 % av kommunens inköp av livsmedel, textil och växter vara ekologisk varav livsmedel står för den största delen. Miljömärkt fisk räknas in i andelen ekologisk mat.

Ekologisk mat produceras utan kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel. Inom ekologisk produktion tar man större djurhänsyn och väldigt få tillsatser är tillåtna. Miljömärkt fisk kommer från hållbara bestånd och är fångad med skonsamma metoder.

¹ 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. är ett informations- och utbildningsmaterial som presenterar ett förslag på hur man kan äta både hälsosamt och miljövänligt grundat på forskning inom hälso- och miljöområdet. Modellen bygger på de svenska näringsrekommendationerna i kombination med de svenska miljömålen.

Rätt kött, rätt grönsaker

Rådet är att äta lika mycket nöt och lamm som gris och kyckling. Vi ska köpa in mer grövre grönsaker och ska så långt det är möjligt följa säsongerna.

Ur hälsosynpunkt är kött en viktig källa för järn, zink och vitamin B12, för att fylla dessa behov behövs dock inga stora mängder kött. Vi behöver äta mycket grönsaker och frukt. Grövre grönsaker, t. ex. broccoli, kål, lök, morötter och andra rotfrukter ger mycket näring. De är också mer resurssnåla och klimatsmarta vid framställning än t. ex. gurka och tomat.

Transportsnålt

Vi skall minimera transporterarnas miljö- och klimatpåverkan så långt det är möjligt.

Många livsmedel transporteras långt innan de når kunden. Avstånd, transporteffektivitet, bränsle m.fl. faktorer har betydelse för den miljö- och klimatpåverkan som transporterarna har.

5. Miljökrav

Produktionskvalitet handlar om hur produktionen har gått till - hur jord och djur behandlas, hur livsmedlen framställs, tillagas, förvaras, transporteras och serveras.

Livsmedel är en av de branscher vars försäljning till offentlig sektor har en stor miljöpåverkan t ex då det gäller utsläpp av växthusgaser. Vilka råvaror som används för att producera livsmedlet har stor påverkan på de totala klimatutsläppen men även på den biologiska mångfalden. De livsmedel som finns på marknaden skiljer sig åt gällande både produktionssätt och klimatpåverkan.

För att kommunen ska kunna välja ett alternativ med bättre miljönytta ska det i upphandlingarna, ställas krav på följande:

- Kommunen ska i första hand köpa de livsmedel som är miljövarudeklarerade och utöka/byta ut sortimentet i takt med att fler livsmedel blir miljövarudeklarerade.
- Användning av kemikalier – krav på kemikalieanvändning vid foderodling ställs
- Påverkan på biologisk mångfald – krav på markanvändning, gödselanvändning, foderodling och betesdrift ställs
- Övergödning – krav på stallgödselhantering ställs
- Genmodifierade organismer (GMO) ska undvikas så långt det går att spåra.
- Kommunen ska ha en plan över hur miljövarudeklarerationer ska följas upp

6. Djurvälstånd

Ronneby kommun ska välja de alternativ som innebär högre ställda djurskyddskrav.

För att kommunen ska välja ett alternativ med högt ställda djurskyddskrav ska det i upphandlingarna ställas krav på följande:

- Djurvälstånd – krav som reglerar utrymme, kirurgiska ingrepp och betesdrift

- Antibiotika & Salmonella – krav på antibiotika- och salmonellafrihet
- Slaktmetod – krav på bedövning och transporttider

Kontroll ska ske mot Miljöstyrningsrådets krav och om ett/några av deras utvärderingskriterier ska omvandlas till obligatoriskt krav. I annat fall ska utvärderingskriterierna tas med i upphandlingen.

7. Genomförande, utbildning och information

För att policyn ska kunna genomföras och målen nås krävs ett engagemang i hela kommunens organisation. Det ställer också höga krav på dialog, kommunikation och utbildning. Kommunens organisation har ett gemensamt ansvar för att policyn blir verklighet.

All berörd personal ska vara informerad om kostpolicyn. Information om policyn ska ingå i introduktionen vid nyanställning. Kommunen ska även arbeta aktivt för att utbilda personal om matens betydelse.

7.1 Ansvar, utvärdering och uppföljning

Alla som arbetar med måltidsverksamhet ansvarar för att policyn efterlevs. Kostenheten, rektorer och enhetschefer inom äldreförvaltningen ansvarar för kvalitetssäkring och uppföljning.