

Måltidspolicy för Härnösands kommun

Dokumentnamn	Måltidspolicy	Dokumenttyp	
		Styrdokument	
Fastställd/upprättad av	Kommunfullmäktige	Datum	Diarienummer
		2021-06-14	2020-000099
Dokumentansvarig/processägare	Kommunledningskontoret	Version	Senast reviderad
		1.0	2021-06-14
		Giltig t o m	2026-06-21
Dokumentinformation	Måltidspolicy för Härnösands kommun		
Dokumentet gäller för	Alla kommunens verksamheter		
Annan information			



Innehåll

1. Inledning.....	3
2. Ekologiskt perspektiv	4
3. Socialt perspektiv	5
4. Näringsperspektiv	6
5. Pedagogiskt perspektiv	7
6. Uppföljning	8

1. Inledning

Måltider som lagas och serveras i Härnösands kommun ska vara klimatsmarta, goda och måltiden ska vara en stund att se fram mot.

En måltid består inte bara av maten som serveras utan helhetsupplevelsen. Råvaror, tillagning, presentation och miljön där måltiden intas är alla delar som är viktiga för att skapa en bra måltid.

Härnösands kommun har höga ambitioner inom klimatområdet och där har kosten en viktig del. Inköp ska vara klimatsmarta och ekologiskt hållbara.

I kommunens verksamheter är även måltiden ett verktyg för delaktighet och lärande. I skolor och förskolor kan måltiderna också användas som ett pedagogiskt verktyg, till exempel för att lära barnen om hållbar livsstil, hälsa eller vad man äter i olika länder. Inom omsorgen, hemtjänsten och äldreomsorgen kan måltiden och tillagningen av den vara en stund av social samvaro.

Måltidspolicyn för Härnösands kommun tar fasta på ett antal perspektiv som tillsammans är viktiga för att skapa en bra måltid. Detta är en grund som kompletteras via andra styrdokument och som följs upp via resultatuppdrag i kommunens årsplan.

2. Ekologiskt perspektiv

Maten som lagas i Härnösands kommun ska vara klimatsmart och näringsriktig.

Vi ska ha en klimatbudget för våra måltider per vecka. Genom att utgå från ”one planet plate” kan vi minska utsläppen och värna den biologiska mångfalden.¹

Det ska finnas tydliga kriterier för hur vi ska arbeta för en ökad biologisk mångfald och ekologisk hållbarhet. Andelen närproducerade råvaror i kommunens offentliga kök ska öka.

Upphandlingar, inköp och måltider ska vara miljö- och klimatanpassade. Detta ska leda till hög livsmedelskvalitet, miljöhänsyn och etisk upphandling med hänsyn till mänskliga rättigheter samt en god djuromsorg i alla led.

Ett aktivt arbete för att minska matsvinnet ska hela tiden pågå, ett minskat matsvinn är en stor klimatvinst!

¹ ”I Sverige står maten för ca 25 procent av hushållens klimatpåverkan. Vi behöver minska matens klimatpåverkan, bland annat genom en minskad köttkonsumtion. **Klimatbudgeten för en måltid enligt One Planet Plate** är 0,5 kg CO2e per måltid (lunch/middag) eller totalt 11 kg CO2e per vecka. För att uppnå det behöver vi öka andelen grönt på tallriken – med bland annat protein från växtriket – och äta mindre men bättre kött. ” källa: <https://www.wwf.se/mat-och-jordbruk/one-planet-plate/#om-one-planet-plate>

3. Socialt perspektiv

Måltiden är en viktig del i våra verksamheter. En måltid kan vara ett positivt avbrott i vardagen. Ambitionen är att måltiderna ska bidra med glädje och gemenskap.

Matgäster inom omsorgen ska i den grad det är möjligt få delta i tillagningen av maten de ska äta. Att få förbereda maten, duka och äta i en social samvara är en viktig del då det ökar känslan av delaktighet och även matlusten. Att inte behöva äta ensam är en annan del som är viktig för att öka trivseln vid måltiden och även kunna öka matintaget. Att maten presenteras på ett tilltalande sätt är viktigt, både för att öka aptiten och den positiva upplevelsen av maten.

Matsalar ska vara möblerade på sätt som inbjuder till matro och matlust. Det är viktigt att maten presenteras på ett tilltalande sätt vad gäller uppläggning och dukning. I den mån det är möjligt ska den ätande ges möjlighet att själv lägga upp sin mat på tallriken.

Matråd som kan vara med och påverka inte bara kosten utan även den sociala situationen runt måltiderna ska finnas på skolorna, inom äldreomsorgen och övriga ställen efter de möjligheter som finns. Det är viktigt att de som ska äta maten också ges möjlighet att påverka matsedelns innehåll.

Maten som serveras får gärna vara generationsanpassad, vilket gäller såväl i våra skolor som i äldreomsorgen.

.

4. Näringsperspektiv

Maten som serveras ska vara näringsriktig och god. Planering och sammansättning av matsedlar och måltider ska utgå från Livsmedelsverkets råd för ”Bra mat i skola, förskola och äldreomsorg” eller motsvarande dokument. Måltider ska följa NNR (nordiska näringsrekommendationer) för respektive målgrupp.

I grundskola och gymnasiet ska det alltid erbjudas flera rätter, ett vegetariskt och ett icke-vegetariskt alternativ. Finns behov av specialkost av medicinska skäl ska detta erbjudas mot läkarintyg.

När vi lagar mat ska så mycket mat som möjligt lagas från grunden, och hel- eller halvfabrikat undvikas för att på så sätt minska tillsatserna i maten.

Undernäring är en stor utmaning inom äldreomsorgen, hemtjänst och omsorg, därför är det viktigt att måltiderna utgår från individens behov och önskemål för att främja aptiten och matglädjen. De som av medicinska skäl behöver specialkost eller konsistensanpassad kost, ska erbjudas och serveras sådan. Tillhandahållen specialkost och konsistenser ska följa Livsmedelsverket och Socialstyrelsens rekommendationer. Specialkosten ska vara så lik den ordinarie maten som möjligt.

Mängden socker i mat och det som serveras i elevcaféer ska hållas nere.

5. Pedagogiskt perspektiv

Målsättningen skall vara en positiv måltidsupplevelse så väl för äldre som för barn, elever och personal.

Måltiderna är ett bra tillfälle för yngre elever och lärare att mötas och samtala och det kan även vara ett bra tillfälle för eleverna att lära sig saker. Samtal vid matbordet kan handla om matens påverkan på miljön, vad kroppen behöver för att må bra och hur maten skiljer sig åt mellan olika länder och kulturer.

Pedagogiska måltider kan även användas inom omsorgen och inom äldreården för att skapa en lugn och balanserad måltidsmiljö. Målet är att skapa en positiv måltidsupplevelse.

I den mån det är möjligt kan barn i förskolan vara med i köket och hjälpa till med matlagning och på så sätt lära sig om råvaror, tillagning och få en ökad lust att äta och våga smaka nya smaker.

Matvanor grundläggs i en tidig ålder. Förutsättningar för att skapa goda matvanor bör därför starta tidigt. Syftet med den pedagogiska måltiden är att skapa en måltidsmiljö som är lugn och balanserad och att på ett naturligt sätt skapa förutsättning för samtal kring mat, måltidsmiljö, miljömedvetenhet och hälsa. Målet är en positiv måltidsupplevelse. Barn och elever behöver vuxna som förebild och stöd. Det är mycket betydelsefullt att den pedagogiskt ätande personalen vid måltiderna äter samma mat som barnen/eleverna.

6. Uppföljning

Uppföljning av måltidspolicyn sker genom de resultatuppdrag som tas fram i samband med antagandet av kommunens årsplan.

De enskilda nämnderna ansvarar för att relevanta handlingsplaner och riktlinjer tas fram för att uppnå måltidspolicyns ambitioner inom sina respektive verksamhetsområden.

Måltidspolicyn ska fungera som en kommunövergripande viljeinriktning där nämnderna sedan kan välja att gå ännu längre i sina målsättningar.