



TRANÅS KOMMUN

Kostpolicy

Kostpolicy för förskola, grundskola,
fritidshem och gymnasieskola i Tranås kommun



Avsändare/Avdelning Samhällsbyggnadsförvaltningen, kostavdelningen

Fastställd av Kommunfullmäktige § 43, 2013-02-04



Kommunens målsättning

"Alla matgäster och anhöriga ska känna en trygghet i att det serveras välsmakande och näringsriktigt väl sammansatt kost inom Tranås kommuns måltidsverksamheter eller av kommunen upphandlad verksamhet. Maten som serveras ska vara säker avseende specialkost och livsmedelshygien. Den ska vara framställd under goda etiska förhållanden och med så låg miljöpåverkan som möjligt".



Kostpolicy i Tranås kommun

Denna policy ska fungera som ett styrdokument för att kvalitetssäkra måltidsverksamheten i det dagliga arbetet. Kostpolicyn ska även användas vid planering och uppföljning av måltidsverksamheten. Policyn ska konkretiseras i ett handlingsprogram avseende mål, aktiviteter, tid och ansvar. Kostavdelningen och/eller respektive rektor/förskolechef ansvarar för att policyn och handlingsprogrammet efterlevs. Vidare krävs relevant och regelbunden utbildning av personalen för att uppnå kostpolicyns mål. Kostpolicyn har sin grund i Livsmedelsverkets rekommendationer och föreskrifter och detta gäller även genomförandet.

Kostpolicyn syftar bland annat till att:

- Servera mat av hög kvalitet och bra näringsinnehåll i kommunens samtliga skolverksamheter. Måltiderna ska ge barn och elever möjligheter att få varierande smakupplevelser.
- Underlätta lärandet i förskola och skolan genom pigga och friska barn och elever som ser ett värde i maten och måltiderna.
- Lägga grunden för en sund relation till mat samt skapa goda matvanor hos barn och elever samt ge kunskaper och färdigheter för hälsa och välbefinnande.
- Genom måltiderna förebygga kostrelaterade problem så som anorexi och bulimi. Information finner du på www.medivia.se
- Utveckla matgästernas respekt, ansvar och förståelse för miljön och den egna livsstilens betydelse för densamma.
- Betona måltiden som en viktig källa för sociala kontakter.
- Sträva efter att göra de bästa valen av råvaror ur etiska och miljömässiga perspektiv.
- Hålla hög kvalitet på livsmedelshygien.
- Åstadkomma trevliga och ändamålsenliga måltidsmiljöer.
- På gymnasiet är målsättningen att dagligen erbjuda två rätter.

Näring

Maten som serveras ska vara god, fri från onödiga tillsatser, varierad och den ska gå att ursprungs- och näringsdeklarerar så långt det är möjligt. Härdat fett (transfett) får inte serveras. Livsmedel med extra tillsatt socker ska undvikas. Inom grund- och gymnasieskolan ska måltiden bestå av huvudrätt och salladsbord med stor variation per tillfälle samt bröd, vatten och mjölk.

Verksamheterna ska sträva efter att laga mat utifrån ursprungliga råvaror och med en matsedel som säsonganpassas utifrån tillgänglighet på närproducerade varor. Måltiderna ska ge barn och elever en näringsriktigt sammansatt kost av god kvalitet enligt svenska näringsrekommendationer och råd utarbetade av Livsmedelsverket, se bifogad källförteckning.

Vidare ska alla verksamheter som omfattas av denna policy sträva efter att matgästerna serverar sig själva.



Lunchen bör schemaläggas ungefär vid samma tidpunkt mitt på dagen vare dag. Genom kontinuitet och regelbundenhet regleras aptiten på ett bra sätt, risken för småätande minskar samtidigt som chanserna att barnen orkar prestera bra hela dagen ökar.

Det är viktigt att det skapas lugn och ro under måltiderna. Barnen och eleverna ska ha minst tjugo minuter på sig att inta sin lunch sittandes vid bordet. Även frukost och mellanmåltider ska följa Livsmedelsverkets rekommendationer, vilka säger att tonvikten ligger vid servering av smörgås med pålägg, mjölk eller mjölkprodukt, flingor, gryn samt grönsaker, frukt eller bär. Starkt sötade pulverdrycker som till exempel soppor, kräm, saft och chokladdryck ska inte förekomma. Detta gäller även för sötade efterrätter, bullar, glass och godis. Specialkost till barn och elever ska tillhandahållas av medicinska, etiska eller religiösa skäl (exempelvis allergier, vegetarianer). Vid behov ska maten konsistensanpassas.

Utbudet i caféerna

Caféverksamheternas sortiment ska medvetet och kontinuerligt utvecklas på ett sådant vis att det i stor utsträckning präglas av näringsriktiga och hälsosamma alternativ. Kostavdelningen ska vara rådgivande och vägledande ifråga om utbudet. Mandel och alla slags nötter får säljas endast i förslutna förpackningar. Jordnötter (baljväxt) får inte finnas i sortimentet. För att undvika allvarliga och livshotande allergiska reaktioner får mandel, jordnötter och övriga nötter inte serveras i samband med frukost, lunch och mellanmål i skolmåltiden. Allvarliga allergiska reaktioner kan uppstå enbart vid kroppskontakt eller via inandningsluften.

Hållbar utveckling och måltidsmiljö

Tranås kommun ska verka för ökad ekologisk odling genom att i möjligaste mån köpa ekologiska livsmedel för att uppnå uppsatt nationellt mål (25%) och använda S.M.A.R.T modellens riktlinjer.

På prov ska en vegetarisk dag i veckan införas i menyn. Vidare ska Tranås kommun ska verka för upphandlingsätt som gynnar närodlade och närproducerade produkter. Strävan ska vara att minimera antalet varutransporter till enheterna och att minska förpackningsåtgången. Verksamheterna ska sträva efter att årstidsanpassa råvarorna för att på så sätt värna kvalitén och att minska transportsträckorna.

Genmodifierade organismer (GMO) ska undvikas så långt det går att spåra. Verksamheterna ska också välja etiskt märkta produkter i största möjliga utsträckning och ska inte servera rödlistade eller utrotningshotade arter.

Tranås är diplomerad som Fairtrade city och det finns ett antal varor som är upphandlade enligt detta koncept. Det är en fördel om verksamheterna kan köpa dessa varor.

Samtliga kök ska vara utformade och organiserade för att säkerställa miljövänliga arbetsmetoder samt ett miljövänligt inköpsmönster. De ska även vidta åtgärder för att minska svinn ur såväl miljösynpunkt som ur pedagogisk synvinkel.



Miljö- och hälsoskyddsavdelningen ska ha ett konsultativt förhållningssätt gentemot köksverksamheterna. Samtliga kök ska följa gällande livsmedelslagstiftning och enhetens program för egenkontroll. Detta gäller även skolomas cafeterior.

Varje rektor/förskolechef ansvarar tillsammans med Kostavdelningen för att det finns ett matråd eller liknande som kan påverka matsedeln samt stimulera engagemang för bra måltider och trevlig måltidsmiljö inom sin verksamhet. Ett sätt kan vara att skapa tillfällen där möjlighet ges att önska matsedel.

Maten ska tillagas inom Tranås kommun i ändamålsenliga kök. Vid utformningen av restauranger ska man sträva efter en acceptabel ljudnivå. Beträffande definitioner av ljudklasser se bifogad källförteckning.

Det ska finnas gemensamma överenskommelser för trivsel och ordning i varje matsal och ett ömsesidigt bra bemötande mellan personal och kund ska vara som självklart. Miljön ska vara ordnad så att alla matgäster får en god måltidsservice och tycker att det är trevligt att äta. Måltiderna ska även presenteras på ett aptitligt sätt som främjar goda matvanor.

Kvalitetsarbete

Utgångspunkten för varje anställd som arbetar med måltider ska vara matgästernas behov. Verksamheterna inom förskolan och grundskolan kan med fördel 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.

Barn och elever ska kunna vara med och baka bröd, förbereda måltiderna eller hjälpa till i disken, så långt som möjligt. Detta kan till exempel ske genom kökspraktik och pedagogisk matlagning ute på avdelningarna. Även barnens och elevernas vårdnadshavare bör få information om hur de kan stödja en bättre kosthållning. De kan engageras genom att tillhandahållas praktisk kostinformation i form av folder med erbjudande om en kostnadsfri måltid skolan/förskolan.

All personal som lagar mat och hanterar livsmedel inom kommunens verksamheter ska regelbundet genomgå adekvata utbildningar. Av livsmedelssäkerhetsskäl ska all kökspersonal bära enhetliga arbetskläder avsedda för kök, detta stärker även teamkänslan bland medarbetarna.

Upphandlings- och inköpssystem ses över så att det blir enkelt för samtliga kök att handla ekologiskt och närproducerat. Utbud och aktuella priser måste tydligt framgå.

Inriktningen är att genomföra kvalitetskriterier vid upphandling av mjölk/ägg/kött enligt bifogad utformning.

Kostpolicyn ska stämmas av vartannat år och denna avstämning ska även dokumenteras.

För att uppnå kvalitetskraven ska budgetmedel avsättas. Detta innebär att delen livsmedel i kostpriset ska inflations- och indexsäkras.



Förklaring av definitioner

Fairtrade

Fairtrade är en oberoende produktmärkning som skapar förutsättningar för odlare och anställda i utvecklingsländer att förbättra sina arbets- och levnadsvillkor. Läs mer på www.fairtrade.se

Närodlat

Begreppet närodlat innebär olika för handlare, konsumenter och näringsidkare. I Jordbruksverkets rapport "Hållbar konsumtion av livsmedel - vad får du som konsument när du köper närodlat" framgår att det finns ett behov av en definition, både för producenter, handlare och konsumenter. Läs mer på www.sverigeskonsumenter.se

Ekologiskt

I den ekologiska odlingen använder man inte konstgödsel eller kemiska bekämpningsmedel. Djurfodret är i huvudsak producerat på den egna gården, djuren får vistas utomhus och de får utlopp för sina naturliga beteenden. Ekologisk hållbarhet handlar om att långsiktigt bevara vattens, jordens och ekosystemens produktionsförmåga och att minska påverkan på naturen och människans hälsa till vad de "klarar av".
www.wikipedia.se

Näringsriktigt

Att kosten är näringsriktig innebär att den uppfyller de svenska näringsrekommendationerna.

S.M.A.R.T.

Ät S.M.A.R.T.-modellen bygger på fem punkter som ger en enkel vägledning för hur du kan välja mat som är bra för både hälsa, miljö och plånbok. Ät S.M.A.R.T. står för:

S: Större andel vegetabilier

M: Mindre "tomma kalorier"

A: Andelen ekologiskt ökas

R: Rätt kött och grönsaker

T: Transportsnålt

www.ekomatsedeln.se

GMO Genmodifierad mat

Detta begrepp innebär att förbättra växter genom att förändra dess arvs massa. Tekniken - genetisk modifiering, innebär att man flyttar gener från en art till en annan eller ändrar på en gen som styr en specifik egenskap.
www.slv.se



Rödlistad art

Arter som minskar i antal och som löper risk att försvinna från landet. Dessa delas in i olika kategorier beroende på graden av hot enligt en internationell norm. www.skogfors.se

Källförteckning

Svenska näringsrekommendationer SNR, www.slv.se

Bra mat i skolan och Bra mat i förskolan - riktlinjer utarbetade av Livsmedelsverket, SLV. www.slv.se

Kostrelaterade problem, se www.media.se

S.M.A.R.T modellen, www.folkhalsoguiden.se

Definitioner av ljudklasser, www.ljudlandskap.acoustics.nu

Bilagor

Bilaga, kvalitetskriterier vid upphandling

Mjök

Mjökprodukterna ska komma från kor som ska ha fått tillgång till bete sommardag.

Ägg

Äggen ska komma från höns som har varit frigående eller levt i en bur som varit inredd med sittpinne och sandbad. Äggen ska komma ifrån en höna som inte har fått näbben avklippt.

Kött

Generellt för inköp av kött gäller följande. Antibiotika får endast ges till djur som är sjuka. Bedövning ska ske före slakt. Djur får max transporteras åtta timmar till slakt. Inga tillväxthormoner eller liknande ämne får användas.

Griskött

Grisköttet ska komma från grisar som inte har fått svansen kuperad, om det inte varit av strikt medicinska skäl.

Grisköttet ska komma från grisar vars mödrar varit lösgående hela dräktigheten.

Kyckling

Fågelköttet ska komma från en kyckling där besättningen är ansluten till ett särskilt fothälsoprogram som reglerar beläggningsgraden. Fågelköttet ska komma från en besättning där det är max 36 kilo kyckling per kvadratmeter.