



STRÄNGNÄS KOMMUN

Strängnäs kommuns måltidspolitiska program i sammanfattning





Strängnäs kommuns måltidspolitiska program

Mat och måltider berör alla människor och är en viktig del av vår vardag. Det är inte bara en källa till näring och välbefinnande utan även ett tillfälle för social samvaro. Måltiden kan också fungera som mötesplats och kulturbärare.

Vi på Strängnäs kommun vill arbeta långsiktigt och hållbart med utvecklingen av mat och måltider. Som ett stöd i det arbetet finns det måltidspolitiska programmet. Det här är en kortare sammanfattning och du kan läsa om:

- 1 – Vad är det måltidspolitiska programmet?
- 2 – För vem finns det måltidspolitiska programmet?
- 3 – Hur ser vår målsättning ut för mat och måltider?
- 4 – Vilka är våra måltidspolitiska utvecklingsområden?



A buffet station featuring several metal trays filled with fresh ingredients. In the foreground, there are trays containing shredded white cheese with fresh basil leaves, shredded orange cheese, and green vegetables like broccoli and cherry tomatoes. The background is filled with more green herbs and vegetables, creating a vibrant and healthy atmosphere.

1 | Vad är det måltidspolitiska programmet?

Det måltidspolitiska programmet innehåller riktlinjer för hur vi ska jobba med mat och måltider i Strängnäs kommun. Det gäller för alla våra verksamheter och grunden är hämtad ur vårt arbete med folkhälsa och hållbar utveckling.

Det övergripande målet är att vi ska servera vällagad, näringsrik och god mat i trevlig miljö – varje dag. Måltiden spelar en viktig roll i hur människor mår – liksom sömn, motion och psykosociala faktorer.

Mat och måltider kan belasta miljön mer eller mindre. Det måltidspolitiska programmet hjälper oss att samordna vårt hållbarhetsarbete och göra rätt val utifrån flera perspektiv:

- ✓ Miljömässiga
- ✓ Sociala
- ✓ Ekonomiska
- ✓ Kulturella
- ✓ Demokratiska



← När vi upphandlar livsmedel lägger vi stor vikt på innehåll, miljömärkning och ursprung.



↑ Högtider uppmärksammas på särskilt boende genom olika rätter och fikabröd som skapar variation och skiljer vardag från helg.



↑ De som arbetar med mat och måltider på Strängnäs kommun har engagemang, kunskap och relevant utbildning.

A person wearing a dark blue long-sleeved shirt is working in a garden. They are surrounded by various green plants, including leafy greens and herbs. The person's hands are visible, and they appear to be tending to the plants. The background is slightly blurred, focusing attention on the person and the garden.

2 | För vem finns det måltidspolitiska programmet?

↓ För att få ihop den komplexa helheten runt mat och måltider behövs många olika roller och kompetenser, allt från kockar och dietister till sjuksköterskor, måltidsombud, arbetsterapeuter och fysioterapeuter.

↓ Måltidsmiljö är en kombination av rumslig gestaltning, möblering, ljudmiljö, mötet mellan medarbetare och matgäst, hur maten serveras på bordet och pedagogiken runt måltiden.



← Matens kvalitet avgörs av många faktorer: råvarornas ursprung, smak, doft, konsistens, näringsinnehåll, variation, menyplanering och presentation bland annat.

Måltidspolitiska programmet gäller för alla som beslutar om, hanterar och tar del av kommunens inköpta livsmedel, mat och måltider. På skolor, förskolor och fritidsgårdar. Inom hemtjänsten, i gruppboende och i olika kommunala boendeformer. På bad- och fritidsanläggningar, i kafeterior och på mötesplatser och så vidare.

Programmet är också till för dem som beslutar om och arbetar med måltidslokaler eller dess utrustning. Där finns också riktlinjer för representation, personalbefrämjande åtgärder och för vad de kommunala bolagen köper in.

Det ska även inspirera friskolors och fristående förskolors måltider och bidra till ett aktivt utbyte mellan dem och kommunen. Programmet kan också fungera som förebild och inspiration för både allmänheten och näringslivet.

3 | Hur ser vår målsättning ut för mat och måltider?

Miljösmart mat

Mat och måltider kan påverka miljön både negativt och positivt. Viktiga faktorer är var livsmedlen är producerade, om de gynnar den biologiska mångfalden, är växtbaserade, minskar klimatbelastningen, producerade utan skadliga bekämpningsmedel samt bidrar till goda arbetsvillkor för producenten. Några av kraven som kommunen lägger stor vikt vid i sin upphandling av livsmedel är:

- ✓ Minst hälften av antalet upphandlade artiklar ska ha miljömärkning som EU-ekologisk eller KRAV, till exempel.
- ✓ God djurhållning, ursprungsmärkning och livsmedel som inte är genmodifierade.
- ✓ Rättvisemärkt eller annan märkning för social rättvisa för varor från länder med stora sociala skillnader, till exempel för kaffe, te, socker, kakao och vanilj.
- ✓ Krav på hållbara förpackningar, förbrukningsmaterial och transporter.
- ✓ Inköp och utbud ska anpassas efter vilka livsmedel som är i säsong.
- ✓ Ökad andel lokalt producerade livsmedel och viltkött.
- ✓ Fisk väljs från hållbara bestånd, märkta med ASC eller MSC alternativt från småskaligt hållbart fiske.



Goda måltider

Måltider ska tillagas och serveras med matglädje och hög kvalitet. De som arbetar med mat och måltider ska ha relevant utbildning, engagemang och kunskap. Väl utrustade och anpassade lokaler är också viktiga förutsättningar för goda måltider. Genom regelbunden dialog får matgästerna tycka till om sin mat och måltidsmiljö.

Integrerade måltider

I varje verksamhet där måltider ingår, till exempel på en förskola, skola eller särskilt boende, ska måltiden vara en självklar del av pedagogiken, vården och omsorgen. Måltiden används varje dag för att höja kvaliteten i hela verksamheten.

Näringsriktig mat

Maten som serveras ska vara näringsriktig, god, varierad och av hög kvalitet. Måltiderna baseras på Livsmedelsverkets och Socialstyrelsens råd, rekommendationer och riktlinjer. Andelen hel- och halvfabrikat som används ska vara låg men av hög kvalitet. De livsmedel som köps ska vara fria från onödiga tillsatser.

Maten ska tillagas så nära matgästerna och serveringstillfället som möjligt. Smak, konsistens och näringsvärde gynnas av kort varmhållning och matlagningen sprider dofter som kan väcka aptit och nyfikenhet.

Trivsamt måltidsmiljö

Måltidsmiljön ska vara inbjudande och bidra till trivsel. Bemötandet mellan matgäster och medarbetare ska vara trevligt och respektfullt. Den som ansvarar för måltidsmiljön ska se till att matgästerna involveras i utformningen.

Säker mat

Där livsmedel hanteras ska det finnas tydliga rutiner och regelbunden egenkontroll för säker mat. För att säkerställa att lagstiftningen följs ska det vara tydligt vem som har ansvar för uppgiften. Det ska vara lätt för matgästen att få veta och förstå vad maten innehåller.



4 | Vilka är våra måltidspolitiska utvecklingsområden?

A photograph of a garden bed with various plants. In the foreground, there are green leafy plants, likely parsley. A small white sign with the word 'PERSILJA' written on it is stuck in the soil. The background is a blurred garden with a lawn and trees.

PERSILJA

Måltider i förskola, skola och på fritidshem

Under barn- och ungdomsåren läggs grunden för våra matvanor som ofta följer med oss genom livet. Bra matvanor har betydelse för inläring, koncentration och välbefinnande samt bidrar till god hälsa. Bra matvanor kan också förebygga kostrelaterade hälsoproblem som övervikt och fetma. Därför är det viktigt att måltiderna i skolan är av god kvalitet och har ett bra näringsinnehåll.

Måltider inom vård och omsorg

Mat och måltider är grundläggande för att förebygga undernäring, sjukdom och ohälsa enligt Socialstyrelsen. Därför är det viktigt att måltiderna inom vård och omsorg är av god kvalitet och har ett bra näringsinnehåll. Äldre äter ofta mindre portioner än tidigare i livet, samtidigt som närings- och energibehov är minst lika högt som tidigare. Därför ska maten innehålla mycket näring i små portioner. Måltiderna har en central betydelse inom äldreomsorgen och skapar förutsättningar för livskvalitet – en stressfri och trivsamt stund som präglas av respekt, värdighet och lyhördhet.

Mat och måltider i övriga verksamheter

På fritidsgårdar erbjuds till vardags ett hälsosamt och miljösmart utbud med syfte att locka till hälsosamma val för barn och unga. Genom delaktighet och aktiviteter kan barn och unga påverka utbudet och lära sig mer om enkla och bra mellan- och kvällsmål. På fritidsgården märks det skillnad mellan vardag och helg genom utbud och aktiviteter i kafeteria och kök.

På bad- och fritidsanläggningar samt kafeterior och mötesplatser erbjuds till största delen ett hälsosamt och miljösmart utbud. Många besökare är barn och unga och kommunens ansvar att bidra till hälsa och välbefinnande är stort.

På kommunkoncernens anordnade möten, event och konferenser serveras uteslutande växtbaserade måltider.



SÄG HEJ TILL FAMILJEN GRÄSLUND!



JANUARI 2023



För att vi ska arbeta tillsammans och mot samma mål inom kommunen har vi politiska styrdokument som stöd i arbetet. Måltidspolitiska programmet är ett sådant och det används av alla som jobbar med måltider och mat.

Politiska styrdokument är många gånger svåra att läsa och förstå. Men mat är så viktigt. Och roligt. Därför ville vi göra vårt måltidspolitiska program mer tillgängligt. Vi ville skapa Sveriges mest begripliga styrdokument.

Det har vi gjort genom två publikationer. Den ena håller du i din hand. Den andra är serietidningen *Smaklig måltid*. Läs mer på: strangnas.se/maltidsservice



STRÄNGNÄS
KOMMUN