

Skolmaten i Stockholms stad

För dig som vill veta mer



I grundskolan och grundsärskolan har alla barn rätt till kostnadsfria och näringsriktiga skolmåltider, oavsett om det är en kommunal eller fristående skola.

Att satsa på bra skolmat är att ge eleverna de bästa förutsättningarna för att må bra och prestera under hela skoldagen. En bra och mättande skollunch gynnar koncentration, inläring och en god stämning på skolan.

I Stockholms stads kommunala grundskolor arbetar omkring 600 personer varje dag med skolmåltiderna. Det produceras cirka 80 000 portioner varje dag i grundskolan. Skolmaten lagas för många. Det betyder att den inte går att individanpassa så långt som många skulle önska.

Men skolmåltiden är så mycket mer än det som serveras på tallriken. Den är en källa till glädje, inspiration, trevlig samvaro och en stunds avkoppling från skolarbetet. Skolan ska göra bra livsmedelsval som främjar goda matvanor och sätter måltiderna i ett sammanhang.

Skolmåltiderna regleras av lagar och förordningar som skollagen, livsmedelslagstiftningen och arbetsmiljölagsstiftningen. Det innebär att skolmåltiderna ska vara näringsriktiga enligt de svenska näringsrekommendationerna, att maten som serveras ska vara säker och att arbetsmiljön för dem som arbetar i köken ska vara god.

I april 2012 antog utbildningsnämnden "Riktlinjer för måltider inom stadens kommunala grundskolor". Dessa styr all måltidsverksamhet och de gäller både kommunalt drivna kök och skolor som har externa måltidsentreprenörer. Även fritidshem och övrig fritidsverksamhet ska följa riktlinjerna.

Syftet är att stadens skolor ska ha en likvärdig kvalitet för måltiderna. De ska också lyftas fram som en del av den pedagogiska verksamheten.

Riktlinjer

Ett utdrag av riktlinjerna:

- Skolorna ska följa Livsmedelsverkets råd och rekommendationer om näringsinnehåll, livsmedelsval och serveringsfrekvenser.
- Lunchen ska helst bestå av två huvudrätter per dag, varav en vegetarisk. Det ska dagligen finnas ett variationsrikt salladsbord som ska bestå av minst fem komponenter.
- Specialkost ska serveras på grund av medicinska skäl.
- Specialkost av religiösa och etiska skäl ska tillgodoses så långt det är möjligt.
- Lunchen ska schemaläggas så att alla elever kan äta i lugn och ro utan tidspress. Skolorna ska sträva efter att lunch serveras tidigast kl 11.00. Lunch får inte serveras före kl 10.30.
- Nötter, mandel, jordnötter och sesamfrö får inte finnas i skolans måltider.
- Matråd eller liknande forum för utveckling av skolmaten ska finnas på varje skola.

Utbildning

All måltidspersonal ska regelbundet gå utbildning för att hålla sig uppdaterade i frågor som rör mat, måltider och gällande lagstiftning.

Utbildningsförvaltningen erbjuder löpande utbildning för skolmåltidspersonal anställda i kommunala skolor i både tillagnings- och mottagningskök. Utbildningen skräddarsys för att passa personalens varierande behov. Det kan vara kurser i ledarskap, näringslära och livsmedelsval, kreativ matlagning, menyplanering, service och bemötande.

Säker mat

Alla på skolan ska serveras säker mat. Personalen som arbetar med livsmedel ska löpande gå utbildningar i livsmedelshygien och specialkost. Varje kök har ett system för egenkontroll för att säkerställa en god hygienisk standard.

Näringsinnehåll

Skollagen säger att skolmåltiderna ska vara kostnadsfria och näringsriktiga. En genomsnittlig lunch bör ge cirka 30 procent av det rekommenderade dagliga intaget av energi, vitaminer och mineraler.

Mellanmål

Ett mellanmål ska vara mättande utan att konkurrera ut lunchen eller middagen. Det ska vara ett litet mål mellan måltiderna och ge cirka 15 procent av det dagliga intaget.

Måltidsmiljö

Miljön i matsalen betyder mycket för trivsel och lusten att äta. Skolorna arbetar aktivt med måltidsmiljön och ofta involveras eleverna.

Hållbar utveckling

Skolorna ska aktivt arbeta med att göra eleverna medvetna om hur deras val av livsmedel och livsstil påverkar miljön. Skolorna arbetar också aktivt för att minska matsvinnet. Att minska svinnet har effekt både på miljön och ekonomin.

Matsedlarna ska vara säsonganpassade och skolorna ska sträva efter att öka mängden vegetabiliska och ekologiska livsmedel. Enligt Stockholms stads miljöprogram 2012-2015 ska andelen ekologiska livsmedel som köps in vara minst 25 procent.

Pedagogiska måltider

Det finns mycket att vinna på att göra lunchen till en del i den pedagogiska verksamheten. Måltiden blir ett tillfälle för samvaro och lärande, barnen får en bra upplevelse och en positiv inställning till mat.

Matråd

I skolan finns ett matråd eller liknande forum för utveckling av skolmaten. Här bör elever, måltidspersonal, någon från skolledningen, vårdnadshavare och pedagoger finnas representerade. Även skolsköterska, vårdnadshavare och rektor kan ingå.

Källor

- Skollagen, www.skolverket.se/regelverk
- Skolmat Stockholm – en handbok för Stockholms kommunala skolor. *Utbildningsförvaltningen, Stockholms stad 2013*
- Bra mat i skolan – råd för förskoleklass, grundskola, gymnasieskola och fritidshem. *Livsmedelsverket*. "Skolmåltiden- en viktig del av en bra skola". *Livsmedelsverket och Skolverket*
- www.skolmatsverige.se
- www.livsmedelsverket.se

Läs mer om skolmåltider

- Om lagkraven på skolmåltiden, www.skolinspektionen.se
- Webbaserat verktyg för att utvärdera skolmåltidskvalitet, www.skolmatsverige.se
- Om våra nationella miljömål och minskat matsvinn, www.naturvardsverket.se
- Bra mat i skolan – råd för förskoleklass, grundskola, gymnasieskola och fritidshem. *Livsmedelsverket*
- Information om skolmat och ljudlig miljö i skola/förskola, Sveriges kommuner och landsting, www.skl.se
- Handbok för säker mat inom vård, skola och omsorg. Branschriktlinjer för kök. SKL. www.skl.se
- Informationsmaterial Stockholms läns landsting, www.folkhalsoguiden.se

Kontakt

Har du frågor och funderingar kring skolmaten ska du kontakta rektor på skolan som har det yttersta ansvaret för skolmaten.