

RIKTLINJER FÖR MÅLTIDSVERKSAMHETEN

ORUST WALDORFSKOLA 2024-25

SYFTE

Rutinen ska vara ett styrdokument för måltidsverksamheten på Orust Waldorfskola samt uttrycka vårt förhållningssätt och beskriva måltidsverksamheten. Rutinen ska säkerställa kvalitet och kontinuitet i måltidsverksamheten.

ANVÄNDNING

Rutinen ska godkännas av rektor, köksmedarbetare och styrelsen.

Rutinen används av köksmedarbetare, pedagogiska medarbetare och rektor. Den ska följas upp och utvärderas i det systematiska kvalitetsarbetet och uppdateras en gång per år. Rutinen ska finnas tillgänglig för vårdnadshavarna på hemsidan. Rutinen ska ligga till grund för måltidsverksamhetens budget, planering och utvärdering av det praktiska arbetet.

ANSVAR

Rektor har det övergripande ansvaret för måltidsverksamheten. Rektor ansvarar för en god måltidsmiljö, schemaläggning av lunch, vuxennärvaro vid måltid, elevhälsoarbetet, att måltiden är en del av den pedagogiska verksamheten och att köksmedarbetarna har rätt kompetens. Köksansvarig leder arbetet med skolmåltid och ansvarar för planering, tillagning och uppföljning av måltid med denna rutin som utgångspunkt. Köksansvarig ansvarar också för en säker livsmedelshantering och är drivande i utvecklingsarbetet för en god och pedagogiskt förankrad skolmåltid.

MÅL

Alla elever på Orust Waldorfskola ska bli mätta och nöjda, få äta i lugn och ro, uppleva matglädje och trevligt umgänge vid måltiderna. Maten som serveras ska vara i största möjliga mån ekologisk eller biodynamisk. Mat och måltid ska vara en självklar del av den pedagogiska verksamheten och elevernas dagliga trivsel. Eleverna ska kunna delta i praktiska sysslor kring måltiden. Eleverna ska kunna delta i utvecklingen av den goda skolmåltiden. Maten ska vara av hög kvalitet, god, hälsosam, tilltala sinnena och ge eleverna tillräckligt med näring och energi. Både

ORUST WALDORF

WALDORFPEDAGOGIK PÅ ORUST EKONOMISK FÖRENING / SLUSSEN 314 / 473 92 HENÅN / ORUST
E-post: ordforande.pedagog@orustwaldorf.se Hemsida: www.orustwaldorf.se Tel: 0304-370 00

köksmedarbetarna och de pedagogiska medarbetarna har en aktiv och viktig roll i att förmedla en sund och positiv inställning till mat för att främja bra matvanor hos eleverna.

Måltidsverksamheten ska vara i ständig utveckling och resursmedveten med så låg miljöbelastning som möjligt.

SKOLMÅLTIDSVERKSAMHETEN

Skollunchen ska enligt lag vara kostnadsfri och näringsriktig. Skolinspektionen är tillsynsmyndighet för lagens efterlevnad. För tillsyn av livsmedelssäkerheten ansvarar kommunens miljö- och hälsoinspektion. Skolmåltiden ingår i skolans systematiska kvalitetsarbete. I det systematiska kvalitetsarbetet bedömer och utvecklar vi måltidsverksamheten enligt Livsmedelsverkets måltidsmodell och råden i Nationella riktlinjer för måltider i skolan (SLV 2019).

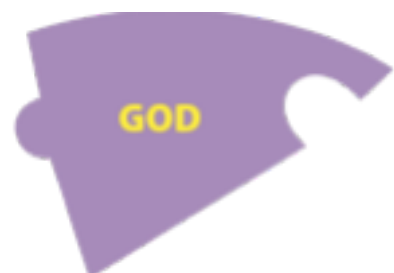
MÅLTIDSMODELLEN

Måltidsmodellen erbjuder ett helhetsgrepp för att beskriva vad en bra skolmåltid är. Varje pusselbit i måltidsmodellen är lika viktig och samverkar med de övriga delarna. Nedan beskrivs våra mål för varje del i helheten och hur vi arbetar med att uppnå målet.



GOD

God mat är mat som hamnar i magen och ger kraft för att orka skoldagen. Målet är att maten ska smaka för så många som möjligt så ofta som möjligt. Bra mat i skolan är därför både mat som eleverna lockas av och tycker om, men som också utmanar deras smaker och föreställningar. Det pedagogiska arbetet med att väcka intresse och nyfikenhet för maten är en viktig del i arbetet med den goda maten. Målet är att uppmuntra eleverna till att våga smaka och att lära sig tycka om ett varierat utbud av



olika rätter och råvaror, smaker och konsistenser för att bredda erfarenheten av vad som kan vara god mat. Att laga god och hälsosam mat som eleverna tycker om kräver bra råvaror av hög kvalitet, kunskap och engagemang. Köksmedarbetarnas kunskaper om råvaror, matlagningstekniker och metoder är nödvändig för att maten ska bli god och hälsosam. Det ska finnas möjlighet för eleverna att tycka till om och påverka maten via klassråd, matrådet och genom daglig kontakt med köksmedarbetarna.

- Matsedeln är känd på förhand för lärarna på skolan. Lärarna förbereder eleverna på vad det blir till lunch varje dag, talar väl om maten och visar intresse för olika rätter.
- Alla vuxna i matsalen har ett ansvar att uttrycka sig positivt kring mat och måltid, uppmärksamma eleverna och uppmuntra dem att smaka på maten samt stoppa negativt tal om maten.
- Lärare och resurser som är schemalagda till att äta med eleverna är viktiga förebilder och föregår därför med gott exempel genom att själva äta.
- Servera både nya och välkända rätter och ett varierat salladsbord.
- Locka alla sinnen och lust att smaka genom en väl genomtänkt servering.
- Salladsbordet är placerat först för att locka eleverna att ta grönsaker före den varma maten.
- Nästan allt mjukt bröd på skolan är långtidsjäst bröd bakat i skolköket.
- Skolmaten lagas från grunden med få industriellt processade produkter.
- Råvaror och leverantörer väljs med stor omsorg för att säkerställa hög kvalitet.
- Köksmedarbetarna ska ha kunskap och engagemang för sitt uppdrag och erbjuds fortbildning och studiedagar för att utveckla sin kompetens och yrkesroll.
- Köksmedarbetarna ska i mötet med eleverna vara intresserade och lyhörda för elevernas frågor och tankar om maten.
- Enkäter och önskevecka för eleverna.
- Matrådet består av representanter från årskurs 4 - 9, köksansvarig, köksmedarbetare och pedagogiska medarbetare och träffas minst 3 gånger per läsår.

TRIVSAM

En bra skolmåltid är inte bara maten på tallriken. Lika viktig är känslan av trivsel i matsalen och själva stämningen vid måltiden. Eleverna ska känna sig välkomna att sticka in huvudet i köksluckan och nyfiket ställa frågan "Vad blir det för mat idag?". Målet är att alla, både elever och medarbetare, ska uppleva det så trevligt vid lunchen att de gärna sitter och umgås i lugn och ro och tar en liten portion extra "för att det är så gott". Rektor, köksmedarbetarna och de pedagogiska medarbetarna har alla en viktig roll i att skapa och upprätthålla en trygg, inbjudande och uppmuntrande måltidsmiljö för eleverna. Matro och trivsel byggs upp av många faktorer, som t.ex. förväntan inför maten, en genomtänkt schemaläggning, hög vuxennärvaro, ett gott bemötande, ett aktivt arbete för att dämpa ljudnivån, en gott flöde i lokalen, en välkomnande presentation och en stunds tacksamhet inför maten. Ändamålsenliga lokaler är en gemensam angelägenhet för skolan och fastighetsföreningen.



- Pedagogiska medarbetare som är schemalagda för pedagogisk lunch äter med eleverna, tar initiativ till och stöttar eleverna att föra trevliga samtal vid måltiden och hålla normal samtalston i matsalen.
- Alla vuxna som vistas i matsalen under pågående lunch är alltid förebilder, har tillsynsansvar för eleverna i matsalen och ansvar för att se till att trivselregler följs. Vuxna i matsalen förväntas att aktivt sätta sig bland eleverna och äta tillsammans med dem och inte föra egna vuxensamtal i matsalen.
- Alla vuxna vid måltiden har också ansvar för att uppmärksamma elever som inte äter eller på annat sätt inte verkar trivas i måltidssituationen.
- Vi visar respekt och tacksamhet inför maten genom att alla klasser från 1 till 9 dagligen läser en enkel bordsvers och tackar för maten.
- Lunchen är schemalagd på fasta tider för alla klasser, för att skapa en hälsosam regelbundenhet, ett gott flöde i matsalen och undvika onödig köbildning och trängsel.
- Klasserna sitter vid bestämda bord och eleverna har fasta sittplatser i matsalen.
- Alla elever ska sitta vid bordet i minst 20 minuter. Efter det bestämmer läraren när måltiden är avslutad. Alla elever ska ha tid att äta sig mätta utan tidspress. För varje klass är det avsatt 30 - 60 min i matsalen. Lågstadielklasserna har längst tid i matsalen och inleder måltiden med att äta under tystnad, för att alla elever ska kunna komma till ro och igång med att faktiskt äta innan samtalet tar vid.
- Eleverna dukar av och på matborden med stöd av de pedagogiska medarbetarna och är därmed själva delaktiga i att skapa trivsel i matsalen.
- Matsalen är ljust och enkelt inredd och årstiden synliggörs på ett vackert sätt, bl.a i "trädet" vid buffén.
- Köksmedarbetarna arbetar medvetet med presentationen vid buffén, som innefattar allt från ett gott bemötande till att maten är vackert upplagd och att det hålls rent och snyggt på buffén och i matsalen under pågående servering.
- Maten presenteras för eleverna både muntligt, på menytavlan och genom märkning av de enskilda serveringskärlen.
- Köksmedarbetarna närvarar aktivt vid buffén för alla klasser. Den som är osäker kring maten ska alltid kunna fråga en köksmedarbetare. Köksmedarbetarna och de pedagogiska medarbetarna samarbetar med att servera eleverna av den varma maten upp till klass 3.
- Ibland flyttas måltiden utomhus, ibland tillagar köket mat enligt något pedagogiskt tema, ibland bjuder köket på en liten överraskning eller så firas det fest med tradition - alla dessa avvikande måltider får skolmåltiden att glittra lite extra och upprätthåller en förväntan och nyfikenhet för maten i vardagen.
- Maten lagas från grunden och det mesta av brödet bakas på skolan. Att få uppleva dofterna i lokalerna skapar en naturlig förväntan på maten.
- Matsalarna ska vara välordnade och välstädade.
- Köksmedarbetarna bär enhetliga rena kläder.
- Köket arbetar medvetet med utveckling av de olika delarna som skapar trivsel.
- Rektor kan vid behov besluta om anpassning av måltidssituationen för en hel klass eller enskild elev för att tillgodose att alla elever känner tillräcklig matro för att äta.
- Den preliminära matsedeln finns tillgänglig på hemsidan. Ändringar förekommer.

NÄRINGSRIKTIG

Skollunchen ska enligt lag vara näringsriktig. Vid planering och uppföljning av skollunchen följer vi de Nordiska Näringsrekommendationerna (NNR 2012). De Nordiska näringsrekommendationerna 2012 är de officiella näringsrekommendationerna i Sverige.



Hemmet har det självklara huvudansvaret för elevens näringsintag, tillväxt och utveckling. Skolan ansvarar för att servera näringsriktig lunch motsvarande ca 30 % av elevens dagliga energibehov. Målet är att varje elev ska få tillräckligt med näring och energi för att orka med skoldagen och klara sin studiegång. Skolmåltiden ska bidra till att grundlägga goda matvanor hos eleverna och främja en god hälsa. Maten ska planeras och följas upp med god kunskap om kost och näring för växande barn. Maten ska tillagas av ett varierat utbud av råvaror av hög kvalitet. Hälsosamma matvanor inkluderar mycket grönsaker, frukt och baljväxter, fullkorn, fisk och växtbaserade oljor med mycket omättade fetter. Maten skall tillagas från grunden så långt möjligt och innehålla få industriellt processade produkter samt sparsamt med socker och salt. Barn och ungdomar i Sverige idag äter ofta för lite grönt och för mycket kött – vi serverar därför kött mer sällan och serverar istället vegetarisk mat till alla flera dagar i veckan. Fisk serveras en dag i veckan.

- Skolluncherna näringsberäknas över en fyra veckors period en gång per år för att säkra den genomsnittliga närings riktigheten sett över tid och sammanställningen redovisas för huvudmannen.
- Skolköket har ett nära samarbete med elevhälsoteamet.
- Skollunchen planeras och tillagas med god kunskap om matens näringsinnehåll.
- Salladsbuffé bestående av minst 5 olika alternativ serveras dagligen. Alla kan fritt förse sig av råa och ångade rot- och grönsaker, baljväxter, röror, rostade frön, mjölksyrade grönsaker, kokt säd, salladsdressing m.m.
- Hårt bröd och måltids fett serveras dagligen.
- Skolköket har egen produktion av mjölksyrade morötter och groddar.
- Skolköket bakar det mesta av det mjuka brödet. Brödet är nästan alltid långtidsjäst och innehåller fullkorn, baljväxter, helsäd, frön eller någon rotsak för att höja näringsinnehållet och smakligheten på brödet.
- Skolköket erbjuder ett närings- och energimässigt alternativ till elever med godkänd kost avvikelse.
- Eleverna uppmanas att ta med ett litet mellanmål till skolan, för att vid behov kunna fylla på med extra energi under dagen.
- Skolköket serverar inte söta bakverk eller efterrätt annat än i samband med månadsfester.

INTEGRERAD

Mat och måltid är väl förankrat i skolans pedagogik. Skolans gemensamma firanden och traditioner är en viktig del i det pedagogiska arbetet, årsloppet och skolans identitet.

Köksmedarbetare, rektor och kollegium samarbetar för att ta tillvara möjligheterna till kunskap genom mat och måltid. Målet

är att skolmåltiden ska ge eleverna personlig erfarenhet av en mångsidig matkultur med ett brett utbud av rätter, av många olika råvaror och smaker, ge handfast kunskap om hållbarhet och hälsa. Måltiden är ett gyllene tillfälle till nya upptäckter och insikter och kan utnyttjas till att förstärka och konkretisera kunskaper inom många olika ämnen; alltifrån matematik, språk, historia och geografi. Hemkunskapen och de gemensamma förberedelserna inför årstidsfester och marknader ger också många tillfällen till tätt samarbete mellan skolköket och den pedagogiska verksamheten. Eleverna ska känna sig delaktiga i måltidsfrågor och erbjudas möjlighet att vara engagerade i att förbättra måltidsverksamheten på skolan. Skolan ska ha ett matråd bestående av elever, pedagogiska medarbetare och köksmedarbetare.



- Skolan arbetar med flera måltidspedagogiska satsningar per år, t.ex.:
 - sapere-metodiska övningar
 - temadagar med mat kopplat till en årtid fest, en specifik matkultur, en period eller ett ämne
 - satsningar för att minska matsvinnet
 - öka förståelsen för sambandet mellan människa, mat och miljö
- Eleverna deltar i matlagning, bakning och förädling inför temadagar, årstidsfester och marknader.
- Klass 6 har kökspraktik i skolköket en dag per elev under läsåret.
- Köksmedarbetarna ska vara lyhörda för elevernas frågor, tankar och önskemål som rör måltid.
- Matråd ska hållas minst 3 gånger per läsår och arbeta för att förbättra måltidsverksamheten.

MILJÖSMART

Måltidsverksamheten ska ha som mål att ständigt arbeta med att minska sin miljöpåverkan genom medvetna val av bra råvaror och ett resurs medvetet arbetssätt. Skolan har från start valt att servera övervägande vegetarisk mat och följer därmed Livsmedelsverkets rekommendation om att öka mängden vegetabilier och minska mängden animaliska livsmedel. Ekologiska livsmedel ska prioriteras vid inköp både av kvalitetsskäl och miljöhänsyn. Råvarorna ska vara producerade så nära som möjligt och måltiderna komponeras med tanke på årtid och säsong. Allt kött ska vara svenskt och ekologisk. För fisk strävas i första hand inköp av MSC- eller ASC märkt fisk. Måltidsverksamheten ska arbeta för att minska matsvinnet.



- Miljösmarta val av livsmedel, produkter och leverantörer så långt budget medger.
- Årstidsanpassningen av maten blir särskilt tydlig på salladsbordet, där lättare

sommargrönsaker som gurka och tomat serveras under sommarhalvåret och främst lagrings grönsaker och rotfrukter under vintern.

- Skolköket arbetar löpande med ändringar i metoder och recept för att hitta bättre lösningar och mer närproducerade råvaror till de etablerade rätterna, t.ex. svenskt ekologiskt havre ris istället för ris, falafel på svenska ekologiska gula ärtor istället för importerade kikärtor o.s.v.
- Mäta matsvinnet i hela ledet från beställning, till produktion och tallrikssvinn varje läsår minst 2 veckor. Detta görs i samarbete med den pedagogiska verksamheten, för att skapa ett gemensamt engagemang för minskad miljöpåverkan hos alla på skolan.
- En dag i veckan serverar skolköket s.k. restfest eller "hänt i veckan", för effektivare produktion, för att all tillagad mat ska ätas upp och för att pedagogiskt visa på vikten av att inte slänga mat.

SÄKER

Ingen ska riskera att bli sjuk av skolmaten. Köksmedarbetarna ska ha god och uppdaterad kunskap i livsmedelshygien och livsmedelssäkerhet, allergier och födoämnesintoleranser.

Måltidsverksamheten ska arbeta enligt rutinerna i egenkontrollprogrammet. Livsmedelslokalen och

livsmedelshanteringen ska vara godkänd av kommunens miljö

och hälsoinspektion. Det ska finnas särskilda rutiner för att säkerställa att elever med allergi och överkänslighet inte blir sjuka av maten. Skolan har tydliga rutiner för anmälan och hantering av kostavvikelse. På skolan råder nötförbud.



- Skolkökets egenkontrollprogram revideras årligen.
- Klasslärarna är informerade om vilka i deras klass som ska ha specialkost och ansvarar för att säkerställa att eleverna serveras rätt mat.
- En god kommunikation och ett nära samarbete mellan dem som tillagar maten och dem som serverar maten utgör en viktig del av säkerheten kring måltiderna.
- Specialkosten är alltid tydligt uppmärkt och köksmedarbetarna närvarar och svarar alltid på frågor angående maten vid serveringen.
- Inga nötter eller jordnötter får hanteras eller serveras på Orust Waldorfskola. Förbudet gäller i alla skolans lokaler, hela dygnet och alla dagar samt även vid utflykt.

VÅRA POLICYS

POLICY NÖTFÖRBUD 2024-25

Inga nötter eller jordnötter får hanteras eller serveras på Orust Waldorfskola. Förbudet gäller i alla skolans lokaler, hela dygnet och alla dagar samt även vid utflykt.

Styrelsen, köket och rektor 24/8 2024

POLICY KOSTAVVIKELSE 2024-25

TRE ALTERNATIV TILL NORMALKOST

Orust Waldorfskola erbjuder tre alternativ till normalkost: lakto-ovo vegetariskt kostval, lakto-ovo vegetariskt med fisk och laktosfritt kostval. Dessa ses inte som specialkost i medicinsk mening och kräver inget läkarintyg.

Anmälan behöver göras för varje nytt läsår vid läsårsstart. Kost valet är giltigt ett läsår i taget.

SPECIALKOST

Specialkost betyder "kost som är anpassad till ett visst sjukdomstillstånd" (Socialstyrelsen).

Orsaken till specialkost behöver vila på medicinsk grund, vara utredd och konstaterad. Medicinskt läkarintyg eller journalutdrag ska bifogas anmälan av kost avvikelse. Läkarintyget lämnas till skolsyster.

Syftet med specialkost är att säkerställa att de som har medicinskt behov av specialkost har tillgång till säker kost.

Anmälan behöver göras för varje nytt läsår vid läsårsstart. Elevhälsoteamet beviljar befogad specialkost. Beslutet gäller ett läsår i taget. Skolsyster kontaktar hemmet vid behov och meddelar skolköket beviljad specialkost. Utifrån elevens behov indelas eleven i den kost kategori som är lämplig i varje enskilt fall.

Det är viktigt att skolan får information om elevens allergier och behov för att kunna skapa en trygg måltidshantering för eleven. Skolan kan ta ansvar endast för anmälda kostavvikelser.

Skolköket ansvarar för säker tillagning, märkning och servering av beviljad specialkost.

Vårdnadshavare är skyldig att omgående meddela skolsyster förändring i elevens behov av specialkost. Rätt till specialkost kan dras in om eleven oanmält inte nyttjat specialkosten på två veckor.

ANPASSAD MÅLTID

Anpassad måltid betyder en avvikelse från normal kosten och/eller måltidssituationen och kan i enskilda fall vara nödvändig för att eleven ska klara sin studiegång i skolan. Elevhälsoteamet fattar beslut om behov av anpassad måltid. Rektor ansvarar för anpassning av måltid för elev med särskilt behov. Vid frågor kring anpassad måltid kontakta rektor.

Skolan beviljar inte specialkost grundat på livsstilsval eller andra enskilda önskemål. Vid önskan om anpassad måltid på religiös eller etisk grund, t.ex. mat fri från fläsk, hänvisas eleven till lämplig kost kategori, t.ex. vegetariskt alternativ. Anmälan behöver göras för varje nytt läsår vid läsårsstart. Kost valet är giltigt ett läsår i taget. För anmälan och frågor kontakta rektor.

ALLERGI OCH ANSVAR

Skolan ansvarar för att säkerställa en trygg skollunch för alla elever. Varje år arrangerar dock skolan och vårdnadshavarna tillsammans olika händelser på skolan, exempelvis Julbazar, Vårmarknad och Tårtknyttis på skolavslutningen. Vid sådana tillfällen, då det bjuds på hembakta bakverk, kan skolan inte ansvara för innehållet eller märkningen. Här har vårdnadshavaren ansvaret för att eleven har med sig ett eget säkert alternativ.

HÄNVISNINGAR:

Nationella riktlinjer för måltider i skolan, SLV 2019

<https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyrrer-foldrar/riktlinjer-för-maltider-i-skolan.pdf>

Nordiska näringsrekommendationer 2012

<https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyrrer-foldrar/nordiska-näringsrekommendationer-2012-svenska.pdf>

Styrelsen, köket och rektor 25/9 2023