

# Skolmat SVERIGE.SE

Utvärdering av skolmatskvalitet för

## Gripsholmsskolan

under perioden **vår 2011**.

### Uppgifter

Skolans namn	Gripsholmsskolan
Skolans kommun	Strängnäs
Eleverna får sin skollunch	På skolan

### Genomförda nivåer

Nivå 1 - Måltidsutbud, näringsriktighet och säker mat: Ja

Kategori	Besvarats av
Utbud och näringsriktighet	Representater från både köket och skolledningen
Säker mat	Representater från både köket och skolledningen

Nivå 2 - Service och pedagogik, miljöpåverkan: Ja

Kategori	Besvarats av
Service och pedagogik	Representater från både köket och skolledningen
Miljöpåverkan	Representater från både köket och skolledningen

Nivå 3 - Organisation och styrning: Ja

Kategori	Besvarats av
Organisation	Representater från både köket och skolledningen

### Introduktion

Sverige har sedan 1997 haft lagstadgade krav på kostnadsfria skolluncher till alla elever i den obligatoriska skolan. En sådan lagstiftning är nästintill unik i världen - endast Sverige, Finland och Estland serverar gratis skolmåltider till alla elever oberoende av föräldrarnas inkomst. I den nya skollagen som trädde i kraft den 1 juli 2011 har rätten till kostnadsfria skolluncher kompletterats med ett krav på att skolmåltiderna ska vara näringsriktiga. Alla Sveriges grundskolor måste i och med det nya lagkravet dels ha ett fungerande system som säkerställer att eleverna erbjuds näringsriktiga skolmåltider, dels kunna visa resultat som innebär att de skolmåltider som serverats levit upp till de svenska näringsrekommendationerna (SNR).

Det säger sig självt att det inte spelar någon roll hur näringsriktig skolmaten är om den inte blir uppäten. För att uppnå det kanske något utopiska målet att alla elever varje dag äter en komplett och näringsriktig skollunch räcker det inte med att enbart servera nyttig mat, det kräver också att maten är säker (riskfri och hygienisk), en bra service (t ex vilken tid lunchen serveras), en bra organisation (t ex kompetent personal), en genomtänkt pedagogik (t ex pedagogisk lunch), samverkan och engagemang. Dessutom bör maten smaka gott och serveras i en trygg och positiv miljö.

### Varför är skolmaten viktig?

Skolmåltiden är en mycket viktig resurs i skolarbetet. Att varje dag få i sig den mängd energi och näring som kroppen behöver är en förutsättning för att en elev ska må bra, utvecklas samt orka koncentrera sig och prestera i skolan. Hungriga och trötta elever har svårt att lära sig oavsett duktiga pedagoger och bra läromedel. Skolan har enastående möjligheter att på ett positivt sätt främja bra matvanor, trivsel och lärande genom att tillhandahålla bra måltider och arbeta pedagogiskt för att alla elever ska äta en komplett skollunch.

## Vad är SkolmatSverige?

SkolmatSverige är ett webbaserat verktyg som Sveriges grundskolor kostnadsfritt kan använda för att utvärdera, utveckla och dokumentera kvaliteten på sin måltidsverksamhet. Verktyget är kommersiellt obundet och har utvecklats av forskare vid Karolinska Institutet i samråd med experter, myndigheter och centrala aktörer inom skolmatsområdet. För att fånga helhetsperspektivet på skolmåltiderna bedömer verktyget måltidskvalitet inom områdena måltidsutbud, näringsriktighet, säker mat (nivå 1), miljöpåverkan, pedagogik och service (nivå 2) samt organisation och styrning (nivå 3). Med hjälp av SkolmatSveriges "matgästenkäter" för elever och personal kan skolan även få en sammanställning över hur matgästerna upplever skolmåltiden.

## Hur tolkar man rapporten?

I varje tabell redovisas frågornas olika svarsnivåer. Skolans svar visas i fet text, och skolans poäng (motsvarande skolans svar) visas i högerkolumnen.

## Vad betyder poängen?

<b>2 poäng</b>	Bästa möjliga - Bra gjort!
<b>1 poäng</b>	Ok, men inte optimalt - kan förbättras
<b>0 poäng</b>	Mindre bra – kanske någonting skolan kan jobba med?

## Vad ligger bakom SkolmatSveriges bedömning av skolans svar?

Bedömningen av skolans svar har utvecklats utifrån svenska och internationella kunskapsammansättningar. Utgångspunkten har varit att bedömningen så långt det är möjligt ska vara baserad på forskning. I de fall där det saknas tydliga bedömningsgrunder (gäller främst nivå 2 och 3) har vi med hjälp av en bred och kompetent referensgrupp utvecklat lämpliga kriterier för bedömning av skolmatskvalitet. Bedömningen av skolmåltidernas näringsinnehåll baseras på de svenska näringsrekommendationerna och är validerad i tre omgångar med vetenskapliga metoder. Mer information om verktygets utveckling hittar du på vår hemsida [www.skolmatsverige.se](http://www.skolmatsverige.se)

## Hur kan man använda resultaten?

Resultaten är skolans egna och ni bestämmer själva hur ni vill arbeta vidare med dem. Ett förslag på arbetsordning kan vara:

1. Delge alla på skolan (och i kommunen) som är berörda av skolmåltidsverksamheten, exempelvis; skolledningen, administrationen, den pedagogiska personalen och inte minst elever och föräldrar. Dessa grupper kan ha synpunkter och reflektioner på resultaten, ta gärna in dem som underlag för ert eget utvecklingsarbete.
2. Fira era framgångar och de områden där era resultat ser bra ut. Se till att era styrkor kan leva kvar genom bra rutiner och kompetensutveckling.
3. Diskutera åtgärdsförslag på de områden där bedömningen blev sämre. Ta gärna in synpunkter från olika grupper på skolan. Formulera en egen plan för vilka åtgärder ni vill prioritera och se till att den planen förankras ordentligt hos skolledningen och/eller kommunen.
  - o Om näringsbedömningen gav dåliga resultat rekommenderar vi att skolan genomför förändringar av matsedeln eller gör en näringsberäkning av matsedeln för en mer detaljerad bedömning av näringsinnehållet.
4. Upprepa användningen av SkolmatSverige regelbundet. En gång varje termin eller år kan vara lämpligt. På så sätt kan ni följa era resultat över tid och sätta upp långsiktiga mål för verksamheten. Verktyget kommer att öppnas upp för er igen när det lanseras nationellt under våren 2012. Håll utkik efter nyheter på [www.skolmatsverige.se](http://www.skolmatsverige.se).

## Vill du veta mer?

I slutet av varje kategori finns en lista över relevant material så att ni kan läsa vidare om du vill. Ni hittar även mer information på [www.skolmatsverige.se](http://www.skolmatsverige.se).

## Måltidsutbud

I den här kategorin bedöms skolans generella utbud gällande lunch, frukost, mellanmål och kafeteria. För frukost, mellanmål och kafeteria görs även en mindre bedömning av utbudets näringsriktighet. Skollunchens näringsriktighet redovisas i nästkommande kategori.

Skolan är skyldig att tillhandahålla kostnadsfri skollunch till alla elever. Att låta eleverna få välja mellan olika rätter ökar möjligheten att fler elever äter en komplett skollunch. Det är därför bra om skolan kan erbjuda minst två lagade rätter och gärna ett välkomponerat vegetariskt alternativ till samtliga elever. Även elever som av olika skäl är i behov av specialkost bör få en bra sammansatt måltid anpassad till det särskilda behovet. Till den lagade måltiden bör skolan servera bröd med matfett, dryck (vatten och mjölk) samt ett salladsbord. För att locka elever samt bjuda på variation bör salladsbordet bestå av minst fem olika sorters grönsaker/blandningar.

Till skillnad mot skollunchen finns det inga krav på skolan att servera frukost och mellanmål. Det kan dock ses som positivt för eleverna att erbjuda dessa måltider mot en kostnad eller gratis. Frukost och mellanmål bör då bestå av nyckelhälsmärkta mejeriprodukter, müsli/flingor/bröd och pålägg samt frukt/grönsaker. En skolkafeteria kan också anordnas med bra produkter på morgon/förmiddag och eftermiddag, men den bör inte ha öppet vid lunchtid då den kan konkurrera med lunchen. Skolan bör vara fri från godis, glass, bakverk, snacks och söta drycker eftersom utrymmet för sådana produkter är mycket litet om eleverna ska få i sig den näring de behöver.

## Lunchutbud

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Antal rätter som alla får ta av	3 rätter eller fler	2 rätter	1 rätt	0	
Vegetariskt alternativ erbjuds som alla får ta av	4-5 dagar/vecka	1-3 dagar/vecka	Mindre än 1 dag/vecka	0	
Vatten	Serveras varje dag		Serveras inte varje dag	2	
Mjölk	Serveras varje dag		Serveras inte varje dag	2	
Söta drycker	Mer sällan än 1 gång/månad		1 gång/månad eller mer	2	
Bröd	Serveras varje dag		Serveras inte varje dag	2	
Smörgåsfett	Serveras varje dag		Serveras inte varje dag	2	
Ett salladsbord med minst fem komponenter	Serveras varje dag	Serveras varje dag, men färre än 5 komponenter	Serveras inte varje dag	0	
Söta bakverk eller glass	Mer sällan än 1 gång/månad		1 gång/månad eller mer	2	

Fil som komplementrätt serveras ibland	Ja
Soppa som komplementrätt serveras ibland	Ja
Matiga sallader som komplementrätt serveras ibland	Ja

- En lunch med fil eller gröt som huvudkomponent har svårt att uppfylla näringsrekommendationerna och bör således inte vara ett stående alternativ utan enbart serveras vid enstaka tillfällen.
- En soppmåltid ger vanligtvis mindre energi och näring än vad en lunch ska ge. Soppa kan dock vara ett bra komplement om det är en matig soppa med tillbehör såsom bröd med järnrikt pålägg (skinka, leverpastej) samt salladsbord.
- Ett matigt salladsbord kan vara ett bra alternativ till huvudrätten. Se då till att det finns både kolhydratiska livsmedel (t.ex. potatis, pasta, gryn) samt proteinrika livsmedel (t.ex. skinka, kyckling, bönor, kikärtor) att tillgå.

## Måltidsutbud för elever med behov av specialkost

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Elever med behov av specialkost erbjuds ingen specialrätt utan får ta vad de kan av den vanliga maten	Nej		Ja	2	

## Frukost

Skolan erbjuder frukost (mot kostnad eller gratis): Ja, till en del av skolans elever

(Observera att om svaret är "nej" kommer frågor i denna sektion varit dolda för skolan och följande tabeller kommer att vara tomma.)

### Frukostutbud

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
En mjölkprodukt eller likvärdigt alternativ (t ex mjölk, fil, eller yoghurt) erbjuds	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	2	
En cerealieprodukt (t ex flingor, müsli, gröt, smörgås, bröd) erbjuds	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	2	
Frukt eller grönsaker (ej juice) erbjuds	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	2	

### Utbudets näringsriktighet

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Lättmjolk eller minimjolk (nyckelhålsmärkt)	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	0	
Lättil eller lättoghurt (nyckelhålsmärkt)	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	2	
Ost med högst 17% fett (nyckelhålsmärkt)	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	1	
Köttpålugg med högst 10% fett (nyckelhålsmärkt)	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	2	
Fiberrika flingor/müsli/gröt med lågt sockernehåll (nyckelhålsmärkta)	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	0	
Lättmargarin	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	0	
Sötad mjölk (t ex chokladmjölk)	Mer sällan eller aldrig	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Alltid	2	
Sötad fil/yoghurt (t ex fruktyoghurt)	Mer sällan eller aldrig	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Alltid	2	
Söta pålägg (t ex marmelad eller chokladkräm)	Mer sällan eller aldrig	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Alltid	-	Serveras inte

## Mellanmål

Skolan erbjuder mellanmål (mot kostnad eller gratis): Ja, till alla elever

(Observera att om svaret är "nej" har många frågor i denna sektion varit dolda för skolan och följande tabellerna kommer att vara tomma.)

### Mellanmålsutbud

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
En mjölkprodukt eller likvärdigt alternativ (t ex mjölk, fil, eller yoghurt) erbjuds	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	2	
En cerealieprodukt (t ex flingor, müsli, gröt, smörgås, bröd) erbjuds	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	2	
Frukt eller grönsaker (ej juice) erbjuds	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	2	

## Utbudets näringsriktighet

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Lättmjök eller minimjök (nyckelhålsmärkt)	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	2	
Lättfil eller lättoghurt (nyckelhålsmärkt)	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	1	
Ost med högst 17% fett (nyckelhålsmärkt)	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	1	
Köttpålägg med högst 10% fett (nyckelhålsmärkt)	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	1	
Fiberrika flingor/müsli/gröt med lågt sockernehåll (nyckelhålsmärkta)	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	2	
Lättmargarin	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Mer sällan eller aldrig	0	
Sötad mjök (t ex chokladmjök)	Mer sällan eller aldrig	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Alltid	2	
Sötad fil/yoghurt (t ex fruktyoghurt)	Mer sällan eller aldrig	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Alltid	2	
Söta pålägg (t ex marmelad eller chokladkräm)	Mer sällan eller aldrig	Inte alltid, men minst hälften av gångerna	Alltid	2	

## Kafeteria

Skolan har en kafeteria: Nej

(Observera att om svaret är "nej" har många frågor i denna sektion varit dolda för skolan och följande tabellerna kommer att vara tomma.)

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Kafeterian har öppet under lunch	Aldrig	Mindre än hälften av dagarna kafeterian är öppen	Mer än hälften av dagarna kafeterian är öppen		
En mjökprodukt eller likvärdigt alternativ (t ex mjök, fil, eller yoghurt) erbjuds	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av försäljningsdagarna	Mer sällan eller aldrig		
En cerealieprodukt (t ex flingor, müsli, gröt, smörgås, bröd) erbjuds	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av försäljningsdagarna	Mer sällan eller aldrig		
Frukt eller grönsaker (ej juice) erbjuds	Alltid	Inte alltid, men minst hälften av försäljningsdagarna	Mer sällan eller aldrig		
Antal livsmedel i listan nedan som säljs*	0 stycken	1-3 stycken	4-9 stycken		
Kafeterians utbud, sammanlagt	Bra	Ok, men kan förbättras	Mycket kan förbättras		

- Listan över livsmedel som helst inte borde förkomma i skolans kafeteria: sötad mjök, sötad yoghurt/fil, läsk/sportdryck/energidryck/saft, lightvarianter av läsk/sportdryck/energidryck/saft, godis/choklad, glass, salta snacks, sötade mellanmålsprodukter baserade på ris/gryn (t ex Risifrutti).

## Övrigt

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Kranvatten är tillgängligt under hela skoldagen (förutom på toaletterna)	Alltid eller nästan alltid	Ibland	Sällan eller aldrig	2	

En automat där mat/dryck säljs finns: Nej

Om svaret är "ja" observera att rekommendationerna avseende kafeteria gäller även för eventuella automater som säljer mat/dryck.

## Vill du veta mer?

- Svenska Näringsrekommendationerna (SNR) 2005
- Livsmedelsverkets råd "Bra mat i skolan" [www.slv.se](http://www.slv.se)

## Näringsriktighet

Sedan 1 juli 2011 är det föreskrivet i skollagen att skolmåltiderna ska vara näringsriktiga. Regeringen har framhållit att de svenska näringsrekommendationerna (SNR) bör vara en utgångspunkt vid bedömningen av vad som är en näringsriktig måltid.

Enligt SNR skall lunchen ge ca 30 % av dagens energi och näring. Skollunchens näringsinnehåll kan bedömas i detalj genom en näringsberäkning av skolmatsedeln och jämföras med referensvärden (som motsvarar 30 % av det dagliga energi- och näringsbehovet för den åldersgrupp som skollunchen planeras för). Om näringsberäkningen har gjorts centralt i kommunen förekommer dock ofta avvikelser i form av ändringar av maträtter/recept (utbyta produkter, ändrade mängder etc.) på varje enskild skola, vilket påverkar näringsberäkningens tillförlitlighet. En näringsberäkning kan därför med fördel kompletteras med en bedömning utifrån SkolmatSveriges näringskriterier. SkolmatSveriges bedömning är också ett bra alternativ för de skolor som av olika skäl inte har en näringsberäknad skolmatsedel.

SkolmatSverige bedömer skollunchens näringsinnehåll utifrån fyra olika kriterier: måltidens fettkvalitet, dess innehåll av fiber och fullkorn, järn och vitamin D. Verktöget gör även en mindre bedömning av skollunchens saltinnehåll. Bedömning omfattar de näringsämnen som visat sig vara bristfälliga i svenska barns kostvanor och som kan vara svåra att uppnå vid planering av matsedel och recept. Om skolan inte uppfyller ett eller flera av näringskriterierna bör matsedeln justeras. Vill man fortsätta servera samma typ av mat bör en näringsberäkning göras för att säkra att matsedeln uppfyller näringsrekommendationerna.

**Observera att vi i denna rapport inte bedömer om skolan uppfyller lagkravet på näringsriktiga skolmåltider.** Under det nationella testet var verktöget fortfarande under utveckling och de slutgiltiga näringskriterierna var därför inte fastställda. Vid lanseringen våren 2012 kommer alla skolor som använder verktöget att för varje kriterium få någon av följande bedömningar: uppfyller sannolikt SNR, kan ha problem att uppfylla SNR eller uppfyller sannolikt inte SNR.

## Näringsberäkning

En näringsberäkning av skolans matsedel bör inkludera allt som det är planerat att eleverna ska äta till lunch (vanligtvis en portion av den lagade måltiden, bröd, smörgåsfett, måltidsdryck, salladsbord och eventuellt dressing) under minst 4 veckor (20 luncher) för att ge en representativ bild av skollunchens näringsriktighet. Även alternativa rätter och eventuell specialkost bör näringsberäknas. Saknas en beräkning enligt ovan kan skolans matsedel istället utvärderas med hjälp av SkolmatSveriges näringskriterier.

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Antal veckor i taget som skollunchen planeras för	Minst 1 månad i taget	1-3 veckor i taget	Mindre än 1 vecka i taget	1	

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Närings-beräkningen omfattar	Huvudrätten och samtliga ev. alternativa rätter som alla elever får ta av	Någon rätt per dag men inte de alternativa rätterna	Ingen närings-beräkning har genomförts	0	
Antal veckor som ingick i närings-beräkningen	5 eller fler sammanhängande veckor	2-4 sammanhängande veckor	1-5 dagar		Matsedeln är inte närings-beräknad
Skolans samtliga medicinska specialkost är näringsberäknade	Ja, alla är beräknad, över minst 1 vecka	Ja, varje rätt för sig är beräknad eller näringsberäknade recept används ofta	Nej	0	
Matsedelns näringsriktighet	Överens-stämmer med SNR:s referensvärden för protein, kolhydrater, fett inkl. mättat fett	Överens-stämmer med SNR:s referensvärden för protein, kolhydrater och fett (men ej mättat fett)	Överens-stämmer ej med referensvärden/ resultaten är ej kända	-	Ingen närings-beräkning genomförs

## Fettkvalitet

En näringsriktig kost innehåller en bra balans av de olika fettyperna, där en begränsad mängd bör komma från de hårda mättade fetterna från i huvudsak animaliska produkter (grädde, smör, feta korvar, ost etc.) och en större mängd från de mjuka omättade fetterna från vegetabiliska källor (oljor, flytande margariner, avokado etc.) och fet fisk. Från undersökningar av skolbarns kost vet vi att barn lätt får i sig för mycket mättat fett och för lite fleromättat fett vilket inte är bra för barnens hälsa, varken på kort eller på lång sikt. Ett enkelt sätt att få en bättre balans av de olika fetterna är att välja magra varianter av produkter som normalt innehåller mycket mättat fett (t ex mejeriprodukter) och samtidigt tillföra omättade fetter. Tips på hur man tillför omättade fetter är att använda flytande margariner och oljor (gärna rapsolja) i matlagningen, margarin istället för smör på bröd och/eller servera en dressing baserad på vegetabilisk olja vid salladsbordet varje dag. Dessutom bör fisk serveras 1-2 gånger i veckan och en av gångerna bör det vara fet fisk, t ex lax eller makrill, som är rik på fleromättat fett.

### Omättat fett (typen som barn lätt får för mycket av)

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Fet fisk serveras	3 dagar på 4 veckor eller oftare	2 dagar på 4 veckor	Mer sällan än 2 dagar på 4 veckor	0	
Matfett till bröd	Endast nyckelhålmärkt lättmargarin (max 41% fett)	Ej nyckelhålmärkt lättmargarin alt. både nyckelhålmärkt lättmargarin och smör/margarin	Endast margarin/smör (fetthalt över 41%)	0	
Dressing baserad på olja erbjuds	Varje dag	1-4 dagar i veckan	Mer sällan än 1 dag i veckan	0	

### Mättat fett (typen som barn lätt får för lite av)

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Dressing med mejeriprodukt över 15% fetthalt (creme fraiche, grädde) erbjuds	Aldrig	1-3 gånger i månaden	1 gång i veckan eller oftare	2	
Korvrätter erbjuds	Högst 3 dagar på 4 veckor	4 dagar på 4 veckor	5 dagar på 4 veckor eller oftare	2	
Nyckelhålmärkt korv (max 10 % fetthalt) serveras	Minst hälften av gångerna /alt korv serveras ej		Mer sällan än hälften av gångerna	2	
Ost, korv, leverpastej som pålägg	Serveras 1 gg i veckan eller oftare och är alltid nyckelhålmärkt	Serveras 1 gg i veckan eller oftare och är nyckelhålmärkt minst hälften av gångerna	Serveras 1 gg i veckan eller oftare och är nyckelhålmärkt mer sällan än hälften av gångerna	-	Serveras mer sällan än 1 gg i veckan
Feta mejeriprodukter över 30% (vispgrädde, creme fraiche, ostcreme) i matlagningen i mängder på 2 kg eller mer per 100 portioner (20 g/port)	Används aldrig	Används 1-3 dagar på 4 veckor	Används 4 dagar eller oftare på 4 veckor	0	
Ost 20% fetthalt eller mer i matlagningen i mängder på 2 kg eller mer per 100 portioner (20 g/port)	Används aldrig	Används 1-3 dagar på 4 veckor	Används 4 dagar eller oftare på 4 veckor	1	
Mjök som måltidsdryck	Endast lättmjök varje dag	Lättmjök och mellanmjök serveras (ej standardmjök)	Lättmjök serveras ej alt. standardmjök varje dag	0	



## Fibrer och fullkorn

Grönsaker och baljväxter (t ex bönor, linser och kikärter) tillför inte bara viktiga näringsämnen utan är också en stor källa till kostfibrer. Fibrer är bra för hälsan, bl.a. genom att påverka blodsockret positivt och öka mättnadskänslan. Salladsbordet bör innehålla minst fem olika sorters grönsaksblandningar varav tre baserade på "grova" fiberrika grönsaker såsom broccoli, morot, vitkål och olika bönor. Grönsaker och baljväxter kan också med fördel inkluderas i varmrätten. En annan viktig fiberkälla är fullkornsprodukter. Jämfört med "vanliga" icke-fullkornsprodukter innehåller fullkornsprodukter fler näringsämnen och mer fibrer. Det är bra om skolan ibland väljer fullkornsvarianter av ris och pasta och/eller varierar med t ex bulgur, quinoa eller matvete. Ett tips är att introducera bulgur och quinoa i en sallad på salladsbordet.

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Salladsbordet innehåller	Minst 3 grova sorter (grova plus baljväxter)	2 grova sorter (grova + baljväxter)	Färre än 2 är grova sorter (grova + baljväxter)	0	
Pasta – fullkornsvarianter erbjuds	Mer än hälften av gångerna		Mindre än hälften av gångerna	-	
Ris – fullkornsvarianter erbjuds	Mer än hälften av gångerna		Mindre än hälften av gångerna	0	
Bröd – fullkornsvarianter erbjuds	Alltid/nästan alltid	Mer än hälften av gångerna	Mindre än hälften av gångerna	0	
Bulgur, quinoa, korngrön eller matvete	Serverades minst 4 gånger på 4 veckor eller oftare	Serverades 1-3 gånger på 4 veckor	Serverades ej de senaste 4 veckorna	1	

## Järn

Det finns samband mellan en god järnstatus hos elever och goda skolprestationer/kognitiv funktion. Järnbehovet är stort när vi växer upp och många barn och tonåringar har svårt att uppnå järnrekommendationerna. Järnrik mat är en förutsättning för att kroppen ska kunna fylla sitt jämförråd och varje måltid bör därför innehålla en bra järnkälla. Exempel på bra järnkällor är kött från nöt, fläsk, kyckling och till viss del även fisk. Det är också det järn som är lättast att tillgodogöra sig. Blodpudding och lever har ett särskilt högt järninnehåll. Även vegetariska rätter bör inkludera en bra vegetabilisk järnkälla. Exempel på bra vegetabiliska järnkällor, som även bidrar med protein, är baljväxter (bönor, linser, ärtor) och sojaprotein. En annan viktig vegetabilisk järnkälla är fullkornsprodukter av bröd, pasta och ris.

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Blodpudding/lever serveras	1 gg /4 veckor eller oftare		Mer sällan än 1 gång i månaden	0	
Kött, fisk eller fågel serveras	16-20 dagar på 4 veckor	12-15 dagar på 4 veckor	0-11 dagar på 4 veckor	1	
Andel vegetariska alternativ som innehåller järnrik (ej mjölkbaserad) proteinkälla (baljväxter, tofu, sojaprotein, huvuddelen ägg)	80-100% av veg rätter	60-79% av veg rätter	Mindre än 60% av veg rätter	-	Vegetariska rätter som alla får ta av serverade sällan eller aldrig
Baljväxter på salladsbordet	2 eller fler sorter erbjuds	1 sort erbjuds	Förekommer inte	0	
Fullkornsvarianter av pasta	Erbjuds minst hälften av gångerna pasta serveras		Fullkornsvarianter erbjuds mer sällan än hälften av gångerna pasta serveras	0	
Fullkornsprodukter av bröd	Fullkornsvarianter erbjuds minst hälften av gångerna bröd serveras		Fullkornsvarianter erbjuds mer sällan än hälften av gångerna bröd serveras	0	

## Vitamin D

Vitamin D krävs bland annat för att bilda ett starkt skelett för livet. Det är idag långt ifrån alla barn och ungdomar som får i sig tillräckliga mängder av vitamin D. I planeringen av matsedel och recept bör därför viktiga D-vitaminkällor regelbundet finnas med. Exempel på bra D-vitaminkällor är fet fisk (makrill, lax), berikade matfetter och berikad mjölk (både lätt- och mellanmjölk är berikad). Även alternativ till mjölk såsom havremjolk och sojarmjolk bör vara berikad med både vitamin D och kalcium.

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Fet fisk serveras	3 dagar på 4 veckor eller oftare	2 dagar på 4 veckor	Mer sällan än 2 dagar på 4 veckor	0	
Matfett vid matlagning är D-vitaminberikat	Ja		Nej	0	
Mjölk som måltidsdryck är D-vitaminberikat (mini, lätt och mellanmjölk)	Endast berikad mjölk (mini-/lätt-/mellanmjölk) serveras	Både berikad och oberikad mjölk serveras	Endast oberikad mjölk (standardmjölk) serveras	2	
Smörgåsfett till bröd är D-vitaminberikat	Ja		Nej	0	
Andra mjölksorter är D-vitaminberikat	Ja		Nej	2	



## Salt

Ett högt intag av salt (natrium) har visat starka samband med högt blodtryck som i sin tur kan kopplas ihop med flera hjärt- och kärlrelaterade sjukdomar. Svenska barns kostvanor ger nästan dubbelt så mycket salt än vad som rekommenderas. De största saltkällorna i barnens kost är kött- och korvrätter (framförallt hel- och halvfabrikat), pommes frites och bröd. Dessutom bidrar även såser, buljonger, ost och snacks. Det salt som tillsätts på tallriken efter servering är svårt att mäta, men utgör också det en stor källa. För att minska saltintaget är det lämpligt att inte placera ut salt och saltinnehållande kryddor på matborden.

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Salt och kryddor innehållande salt (t ex buljong, örtsalt) används sparsamt i maten, högst enligt receptet	Ja, vi saltar högst enligt receptet och använder lågsaltade produkter ibland	Ja, vi saltar högst enligt receptet men använder inte lågsaltade produkter	<b>Nej, vi försöker inte aktivt att begränsa saltet</b>	0	
Salt vid servering och bord	Salt finns varken vid servering eller på borden	Salt finns vid servering men inte på borden	Salt finns på borden		Skolan svarade "vet ej"

### Vill du veta mer?

- Svenska Näringsrekommendationer (SNR) 2005
- Livsmedelsverkets råd "Bra mat i skolan" [www.slv.se](http://www.slv.se)
- Riksmaten - barn 2003. Livsmedels- och näringsintag bland barn i Sverige

## Säker mat

Kategorin säker mat syftar till att utvärdera skolans arbete med att servera säkra och riskfria skolmåltider. Då varje kommun vanligtvis har väl fungerande inspektioner på detta område är frågorna i denna del endast övergripande med fokus på de rutiner som har visat sig vara svårast att implementera.

Som ett stöd för livsmedelsföretagaren och skydd för konsumenterna har Sverige och EU en omfattande livsmedelslagstiftning. Enligt lagstiftningen står verksamhetens huvudman som livsmedelsföretagare (ansvarig nämnd i kommunal verksamhet, bolags- eller föreningsstyrelsen vid friskola) och är den som har ansvaret för att lagstiftningen följs. Ansvaret kan dock delegeras till någon annan, t ex kökschef. Det är av stor vikt att kunskap kring lagstiftningen finns hos den som har ansvaret.

Det är mycket viktigt att varje verksamhet har ett system för egenkontroll som säkerställer att livsmedelshandlingen inte innebär faror för dem som äter maten. Systemet skall vara anpassat till verksamheten och personalen skall ha de kunskaper som krävs för att förstå och följa rutinerna. Vidare är ett fungerande system för tillbudsrapportering mycket viktigt för att få reda på om något går fel och varför något gick fel. Genom att följa upp, åtgärda och förbättra systemet minimeras risken för att maten som serveras är farlig eller att barn med behov av specialkost får fel mat.

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Skolan har ett egenkontrollsystem som är baserat på de kritiska punkter som förekommer i just vår måltidsverksamhet	Ja, baseras helt på vår verksamhet	<b>Ja, men baseras inte helt på vår verksamhet</b>	Nej, vår skola har inget egenkontrollsystem	1	
All nyanställd personal får en introduktion av ansvarig person rörande kökets arbete med säker mat	Ja		Nej	2	

Skolledningen har skriftligen delegerat ansvaret för kökets egenkontrollprogram till en person i köket	Ja
En livsmedelsinspektion har genomförts i skolköket	Ja, för mindre än 3 år sedan
Skolledningen har informerats om resultaten från inspektionen	Ja
Eventuella anmärkningar/awklaser har åtgärdats	Ja

## Fortbildning

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Livsmedelshygien (minst 8 timmar)	Ja, alla har fått den för högst 5 år sedan	<b>Ja, men några/alla har fått den för mer än 5 år sedan</b>	Nej	1	
Repetitionskurs livsmedelshygien (minst 4 timmar)	<b>Ja, alla har fått den för högst 5 år sedan</b>	Ja, men några/alla har fått den för mer än 5 år sedan	Nej	2	
HACCP-principerna (minst 16 timmar)	Ja, alla har fått den för högst 5 år sedan	<b>Ja, men några/alla har fått den för mer än 5 år sedan</b>	Nej	1	
Livsmedelshygien och specialkost (minst 4 timmar)	Ja, alla har fått den för högst 5 år sedan	Ja, men några/alla har fått den för mer än 5 år sedan	Nej	0	

## Rutiner

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Skolan har tydliga rutiner för de hygienfaror som förekommer i verksamheten	Ja	Nej, men vi planerar att utveckla detta	Nej	2	
Skolan har tydliga rutiner för personlig hygien för personalen i köket	Ja	Nej, men vi planerar att utveckla detta	Nej	2	
Skolan har tydliga rutiner för personlig hygien för besökare (vuxna och elever) i köket	Ja	Nej, men vi planerar att utveckla detta	Nej	2	
Skolan har rutiner för att eleverna skall tvätta handerna före skollunchen	Ja, för alla elever	Ja, men det gäller inte för alla elever	Nej	2	
Skolan har tydliga rutiner för hur och till vem eventuella tillbud skall rapporteras	Ja	Nej, men vi planerar att utveckla detta	Nej	2	
Skolan följer alltid upp och åtgärdar eventuella tillbudsrapporteringar	Ja	Nej, men vi planerar att utveckla detta	Nej	2	

## Specialkost

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Personalen som ansvarar för medicinsk specialkost har identifierat de faror/kritiska punkter som kan förekomma gällande hanteringen av allergikost	Ja, helt	Ja, delvis	Nej	1	
Skolan har tydliga rutiner för att vid skolstart få in information om elevers behov av specialkost	Ja	Nej, men vi planerar att utveckla detta	Nej	2	
Skolan har tydliga rutiner för servering av allergikost till den enskilda eleven	Ja	Nej, men vi planerar att utveckla detta	Nej	2	
Skolan har tydliga rutiner för märkning av egentillverkade livsmedel och för upp/ompackning av livsmedel i köket	Ja	Nej, men vi planerar att utveckla detta	Nej		Skolan svarade "vet ej"

## Vill du veta mer?

- Sveriges kommuner och landstings (SKL) "Branchriktlinje för säker mat"
- Livsmedelsverkets råd "Bra mat i skolan" [www.slv.se](http://www.slv.se)

## Service och pedagogik

Syftet med denna kategori är att bedöma hur skolan arbetar med måltiden utifrån matgästens perspektiv och hur skolmaten används i den pedagogiska verksamheten. Genom att arbeta med service och pedagogik ökar sannolikheten att fler elever äter en komplett skollunch varje dag.

En viktig faktor för att få eleverna att äta en komplett skollunch varje dag är att servera lunchen i en trygg och lugn miljö och att eleverna har tillräckligt med tid på sig att äta. Skollunchen bör även schemaläggas på ungefär samma tid varje dag och tidigast kl. 11 för att främja elevernas aptit och motverka att eleverna blir hungriga under eftermiddagen. Vuxennärvaro i skolrestaurangen är mycket betydelsefullt för en lugn måltidsmiljö bl.a. genom att sänka ljudnivån. Vuxna som äter med eleverna har också möjlighet att bidra till bra matvanor hos eleverna genom att förmedla matglädje och en positiv attityd till skolmaten. Pedagogiska måltider kan därför med fördel ingå i läramas uppdrag och skolan bör definiera ett gemensamt pedagogiskt förhållningssätt som gäller för vuxna som äter "pedagogisk lunch".

Vidare ingår det i skolans uppdrag och läroplan att lära barn goda levnadsvanor och hur de kan påverka hälsan. Detta kan göras såväl i klassrummet som i praktisk tillämpning vid t ex hem- och konsumentkunskapslektioner. Genom att låta eleverna vara delaktiga i måltidsverksamheten, exempelvis genom matråd, elevenkäter och praktik i skolrestaurangen, kan skolan arbeta med deras kunskaper om och attityder till skolmaten.

Skolan har en skolrestaurang/matsal: Ja

(Observera att om svaret är "nej" har många frågor i denna sektion varit dolda för skolan och vissa följande tabeller kommer att vara tomma.)

### Servering av lunch

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Tiden första lunchen börjar	Efter kl. 11	Mellan 10.30 och 11	Innan 10.30	2	

### Information om dagens lunch

Information om skolans matsedel bör vara lättillgänglig för både elever och föräldrar. Information om dagens lunch till elever kan ges på många sätt, t ex på en tavla utanför matsalen, av alla lärare i klassrummet, eller på informationsskyltar om innehållet där man tar mat

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Dagens lunch presenteras	På minst två av ovan nämnda sätt	På ett av ovan nämnda sätt	Inte på ovan nämnda sätt	2	
Skolans matsedel finns på skolans hemsida	Ja		Nej	2	

### Elevinflytande och matsalsmiljön

Skolrestaurangen bör vara en plats där eleverna får chans att återhämta sig och få ny energi. Buller och höga ljudnivåer kan påverka elevernas trivsel och hälsa genom att verka tröttnande och öka stressnivån. Skolan bör regelbundet genomföra elevundersökningar för att ta reda på hur eleverna upplever ljudnivån i restaurangen. Enkätsvaren kan användas som ett underlag för diskussion om vikten av miljön i skolrestaurangen och om hur den kan förbättras.

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Elevenkäter	Görs regelbundet med 2 års mellanrum eller mindre	Görs men sällan, eller planeras	Görs inte	2	
Eleverna ges möjlighet att påverka mat på skolan genom	Matråd / elevråd / klassråd	Annat (t ex de uppmuntras att prata med kökspersonal/ skolledning)	Nej	2	

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Ljudsänkande åtgärder har satts in i skolrestaurangen	Ja, åtgärder har satts in/nej, det finns inget behov	Ja, men det finns behov av fler åtgärder	Nej, men det finns ett behov	2	

## Den pedagogiska lunchen

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Hela eller delar av skolpersonalen får varje dag äta av skollunchen till ett kostnadsfritt eller reducerat pris	Ja, kostnadsfritt	Ja, till reducerat pris	Nej	1	
På vår skola har vi tydliga riktlinjer som talar om vad en pedagogisk lunch innebär	Ja		Nej	2	

Att äta "pedagogiskt" på vår skola innebär att:

(Möjligt att välja flera. Observera att om det står i tabellen ovan att skolan inte har tydliga rutiner kring vad en pedagogisk lunch innebär kommer denna tabell vara tom.)

Att hålla ordning	Ja
Att att finnas närvarande	Ja
Att sitta och äta lunch vid samma bord som elever	Ja
Att vara en god förebild genom att äta enligt tallriksmodellen	Ja
Att vara en god förebild genom att inte kasta för mycket mat	Ja
Att uppmuntra eleverna att äta enligt tallriksmodellen	Ja
Att uppmuntra eleverna att smaka nya rätter och livsmedel	Ja
Att uppmuntra elever till att njuta av måltiden	Ja
Att uppmuntra barnen till att inte stressa vid måltiden	Ja
Att informera om dagens lunch innan eleverna kommer till matsalen	Ja
Annat	

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Antal vuxna som vanligtvis äter i skolrestaurangen	Minst en vuxen per ca 25 elever	1 vuxen per ca 50-75 elever	1 vuxen per ca 100 elever	2	
Skolmåltidspersonalen pratar på lektionstid om t.ex. mat/livsmedel/hälsa/matens miljöpåverkan	Vartannat år eller oftare	Mer sällan än vartannat år	Nej	2	
Klassen gör besök i skolköket	Vartannat år eller oftare	Mer sällan än vartannat år	Nej	2	
Eleverna får göra praktik i skolköket under matlagning (ev tillsammans med lärare)	Vartannat år eller oftare	Mer sällan än vartannat år	Nej	2	
Eleverna har schemalagd uppgift att hjälpa till i skolrestaurangen (t ex torka bord)	Vartannat år eller oftare	Mer sällan än vartannat år	Nej	2	
Flera av skolans lärare använder skollunchen i pedagogiska moment i klassrummet (t ex mäta grönsaksintag, lära om livsmedel/matkulturer, involvera elever i att mäta svinn vid lunch)	Vartannat år eller oftare	Mer sällan än vartannat år	Nej	2	

### Vill du veta mer?

- Livsmedelsverkets råd "Bra mat i skolan" [www.slv.se](http://www.slv.se)
- "Pedagogiska övningar kring hälsa" (kan laddas ner från [www.skolmatsverige.se](http://www.skolmatsverige.se))

## Miljöpåverkan

Maten står för en stor del av vår miljöpåverkan och vi kan göra mycket för att minska den. En viktig åtgärd är att minska matsvinnet som kan uppstå såväl före, under och efter tillagning och som har en betydande miljöpåverkan, helt i onödan. Några tips för att minska mängden svinn är att väga maten som slängs för en första utvärdering, och gärna involvera eleverna i detta. Att synliggöra svinn, t ex genom att redovisa statistik över mängden slängt mat, är ett bra sätt att öka elevernas medvetenhet om maten dem kastar. Detta bör kombineras med information om svinnets negativa konsekvenser på miljö och ekonomi. Även en lugn och trivsamtidsmiljö har effekter på mängden matsvinn eftersom elever som får sitta ner i lugn och ro i högre grad tenderar att äta upp maten på tallriken.

För att nå Sveriges miljömål har regeringen som mål att öka konsumtionen av certifierade ekologiska livsmedel. Målet för 2010 var att 25% av den offentliga konsumtionen av livsmedel skulle avse ekologiska livsmedel.

Andra faktorer som minskar matens miljöpåverkan är att:

- Välja vegetariskt lite oftare och/eller minska på köttportionerna och istället inkludera baljväxter
- Öka mängden grova grönsaker som odlas på friland och minska mängden växthusodlade grönsaker (t ex tomat och gurka)
- Välja nöt- och lammkött från djur som har betat på naturbetesmarker och fisk från hållbara bestånd (MSC- eller KRAV-märkt fisk)
- Anpassa matsedeln efter säsong
- Källsortera matavfall och restmaterial
- Minimera transporter av livsmedel till och från köket och kräva att transportererna sker med miljöcertifierade fordon
- Minska konsumtionen av onödiga livsmedel såsom godis, chips, glass och bakverk

## Matsvinn

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Skolan mäter svinn i produktionen (t ex rester som kastas)	1 gång i månaden eller oftare	<b>Någon gång per termin</b>	Sällan eller aldrig	1	
Skolan mäter svinn i form av tallriksavskrap	1 gång i månaden eller oftare	<b>Någon gång per termin</b>	Sällan eller aldrig	1	
Skolan jobbar aktivt för att minska svinn i produktionen	<b>1 gång i månaden eller oftare</b>	Någon gång per termin	Sällan eller aldrig	2	
Skolan jobbar aktivt för att minska mängden tallriksavskrap	<b>1 gång i månaden eller oftare</b>	Någon gång per termin	Sällan eller aldrig	2	
Skolan har en skriven policy om att minska svinn	Ja	Nej, men planerar att skriva en snart	<b>Nej</b>	0	

## Hantering av avfall

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Köket hanterar matavfall på följande sätt	Nästan allt används till kompost eller biogas	Minst hälften används till kompost eller biogas	<b>Mindre än hälften används till kompost eller biogas</b>	0	
Kartonger	<b>Mer än hälften källsorteras</b>		Mer än hälften kastas med blandade sopor	2	
Metall	<b>Mer än hälften källsorteras</b>		Mer än hälften kastas med blandade sopor	2	
Glas	<b>Mer än hälften källsorteras</b>		Mer än hälften kastas med blandade sopor	2	
Hårdplast	<b>Mer än hälften källsorteras</b>		Mer än hälften kastas med blandade sopor	2	
Mjukplast	<b>Mer än hälften källsorteras</b>		Mer än hälften kastas med blandade sopor	2	

## Transporter

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Skolan/kommunen har en skriven policy att minimera transporter av livsmedel och måltider till skolan	Ja	Nej, men vi planerar att skriva en snart	Nej	0	
Skolan/kommunen försöker att minimera transporter av livsmedel och måltider till skolan (t ex genom att samordna transporter)	Ja	Nej, men vi planerar att göra det snart	Nej	2	
Skolan/kommunen ställer krav på att transporter till/från köket sker med miljöcertifierade fordon	Ja	Nej, men vi planerar att göra det snart	Nej	0	

Skolan har möjlighet att köpa lokalt producerade livsmedel: Ja

## Ekologiska livsmedel

Att servera 100% ekologiska livsmedel är inte aktuellt för en del skolor. Svar redovisas här för skolan ska få ett överblick.

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Mjök	Mer än hälften är ekologisk	<b>Mindre än hälften är ekologisk</b>	Nästan inga ekologiska produkter	1	
Ägg	Mer än hälften är ekologiskt	<b>Mindre än hälften är ekologiskt</b>	Nästan inga ekologiska produkter	1	
Ost	Mer än hälften är ekologiskt	Mindre än hälften är ekologiskt	<b>Nästan inga ekologiska produkter</b>	0	
Margarin	Mer än hälften är ekologiskt	Mindre än hälften är ekologiskt	<b>Nästan inga ekologiska produkter</b>	0	
Smör	Mer än hälften är ekologiskt	Mindre än hälften är ekologiskt	<b>Nästan inga ekologiska produkter</b>	0	
Nötfärs	Mer än hälften är ekologiskt	Mindre än hälften är ekologiskt	<b>Nästan inga ekologiska produkter</b>	0	
Helt nötkött	Mer än hälften är ekologiskt	Mindre än hälften är ekologiskt	<b>Nästan inga ekologiska produkter</b>	0	
Griskött	Mer än hälften är ekologiskt	Mindre än hälften är ekologiskt	<b>Nästan inga ekologiska produkter</b>	0	
Kyckling	Mer än hälften är ekologiskt	Mindre än hälften är ekologiskt	<b>Nästan inga ekologiska produkter</b>	0	
Grönsaker	Mer än hälften är ekologiskt	<b>Mindre än hälften är ekologiskt</b>	Nästan inga ekologiska produkter	1	
Potatis	Mer än hälften är ekologiskt	<b>Mindre än hälften är ekologiskt</b>	Nästan inga ekologiska produkter	1	
Bröd	Mer än hälften är ekologiskt	Mindre än hälften är ekologiskt	<b>Nästan inga ekologiska produkter</b>	0	
Mjöl	Mer än hälften är ekologiskt	Mindre än hälften är ekologiskt	<b>Nästan inga ekologiska produkter</b>	0	

Om skolan inte använder ekologiska livsmedel är det för att...

(Möjligt att välja flera.)

Skolan är inte intresserad av detta	
Det är för dyrt	Ja
Det finns inga ekologiska livsmedel upphandlade	
Förpackningarna är inte lämpliga för skolans kök	
Det finns inga leverantörer	
Det är svårt att avgöra vilka livsmedel som är ekologiska	
Det finns inga riktlinjer	
Det finns inget lokalt politiskt beslut om detta	
Skolan svarade "vet ej"	



	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Skolan använder fisk som kommer från hållbara bestånd	Ja, all eller nästan all fisk	Ja, mer än hälften av all fisk	Nej, mer sällan eller aldrig	0	

Andel av livsmedelskostnaden som utgörs av ekologiska livsmedel (% av den totala livsmedelskostnaden):	2
(Om det står '-888' ovan betyder det att skolan svarade "vet ej".)	

### Säsongsanpassning

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Skolan känner till hur måltiderna kan anpassas efter säsong	Ja	Delvis	Nej	2	
Måltiderna anpassas efter säsong	Ja	Delvis	Nej	1	

### Vill du veta mer?

- Miljöstyrmingsrådet [www.msr.se](http://www.msr.se)
- Projektet "Mindre matsvinn" [www.mindrematsvinn.nu](http://www.mindrematsvinn.nu)
- Rapport "Livsmedelsvinn i hushåll och skolor". Livsmedelsverkets rapport nr 4, 2011
- Rapport "Minskat svinn av livsmedel i skolor". Naturvårdsverket, 2009

## Organisation och styrning

En god organisation och styrning av måltidsverksamheten är en förutsättning för att kontinuerligt kunna driva kvalitetsutvecklingen framåt och samtidigt hålla en god ekonomi i köket. Personalen i köket bör inte enbart ha utbildning i matlagning, storkök och hygien utan även kunskap kring kvalitetssäkring, ekonomi och personalledning om man har fått det ansvaret.

Skriftliga och tydliga målsättningar kring skollunchen, t ex definierade kvalitetsnivåer, mål för konsumtion och mål för pedagogisk användning av skollunchen gör det lättare att se vad som fungerar och inte fungerar i verksamheten. Den typen av mål bör involvera hela skolans personal, även om måltidspersonalen bär det största ansvaret kring näring och hygien.

Närvaro- och konsumtionsmätningar i matsalen kan användas som underlag för måltidsverksamheten men även för skolans hälsopedagogik, föräldramöten och skolhälsovårdens hälsosamtal. Exempel på konsumtionsmätningar kan vara att mäta hur många elever som äter en portion lagad mat och/eller en portion grönsaker varje dag.

Tydliga regler för servering av bakverk och sötsaker är ett viktigt hjälpmedel för att ge barnen begränsad tillgång till dessa produkter. Det är inte lämpligt att skolan (inkl. fritids) serverar sådant oftare än 1-2 gånger per termin.

## Kompetens och resurser

Skolan har tillgång till extern kostkompetens i form av	Kommunens rådgivande kostkonsult, kommundietist eller liknande
Kökschefens (skolkökets arbetsledare) närmaste chef är	Extern entreprenör

Skolan har ett eget kök: Ja

(Observera att om svaret är "nej" har många frågor i denna sektion varit dolda för skolan och vissa följande tabeller kommer att vara tomma.)

Antal personer som är anställda i skolköket för att producera mat:

Totalt	2
Med utbildning på grundskolenivå	2
Med utbildning på gymnasienivå (ej inom storkök)	2
Med utbildning på yrkesutbildning (inkl. gymnasienivå) inom storkök	2
Med akademisk utbildning	

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Matlagning i storkök (minst 4 timmar)	Samtliga	En del	Inga	1	
Medicinsk specialkost (minst 4 timmar)	Samtliga	En del	Inga	1	
Miljöanpassad matlagning (minst 4 timmar)	Samtliga	En del	Inga	1	
Näringslära (minst 4 timmar)	Samtliga	En del	Inga	1	
Sensorik (minst 4 timmar)	Samtliga	En del	Inga	1	

Antal personer som producerar mat i skolans kök som fått fortbildning om minst 4 timmar de senaste två åren: 2

I köket önskas mer kompetens/fortbildning i:

Livsmedelshygien	
Matlagning i storkök	
Formell kockutbildning	
Medicinsk specialkost	Ja
Miljöanpassad matlagning	
Näringslära	
Sensorik	Ja
Ledarskap	Ja
Datakunskap/IT	
Annat	
Inget	Ja

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Skolköket har utrustning som är utformad för att producera/hantera bra, näringsriktiga och säkra måltider till skolans alla elever	Ja	Nej, vi har behov av vissa förbättringar	Nej, vårt kök är i stort behov av åtgärder	2	
Skolrestaurangen har utrustning som är utformad för att servera bra och säkra måltider till skolans alla elever i en lugn och trivsamt miljö	Ja	Nej, vi har behov av vissa förbättringar	Nej, vår skolrestaurang är i stort behov av åtgärder	2	

### Styrning och policy

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Kommunen har en kostpolicy (mål och riktlinjer) för servering av skolmåltider	Ja		Nej		Skolan svarade "vet ej"
Skolan har en skriftlig målsättning/kravspecifikation kring skolmaten	Ja		Nej		Skolan svarade "vet ej"

Skolans skriftliga målsättning/kravspecifikation omfattar:

(Möjligt att välja flera. Observera att om det står i tabellen ovan att skolan inte har en skriftlig målsättning kommer denna tabell vara tom.)

Skollunchens kvalitet	
Elevernas konsumtion	
Elevernas närvaro	
Service (schemaläggning, måltidsmiljö etc)	
Pedagogik (den pedagogiska lunchen etc)	
Matråd	
Frukostens och mellanmålens kvalitet	
Begränsning av skolans servering av godis, bakverk, glass etc	
Annat	
Osäker vad skolans skriftliga målsättning/kravspecifikation omfattar	

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Skolan har tagit ett beslut/policy att begränsa söta produkter	Ja, vi tillhandahåller inte alla dessa produkter	Ja, vi begränsar serveringen, men har inte bestämt hur ofta de får förekomma	Nej	2	

### Närvaro och konsumtion

	2 poäng	1 poäng	0 poäng	Skolans poäng	Kommentar
Skolan mäter närvaro i matsalen	Ja, några gånger i månaden	Ja, några gånger per termin eller mer sällan	Nej	2	
Skolan bedömer/mäter konsumtion av skollunchen	Ja, några gånger i månaden	Ja, några gånger per termin eller mer sällan	Nej	2	

Andel av skolans elever som äter av skollunchen en vanlig dag (närvaro): 100 %

### Kostnader

Råvarukostnaden för en komplett skollunch med mjölk	8.5 kr/portion
Råvarukostnaden för en komplett skollunch utan mjölk	8 kr/portion

(Redovisas i informationssyfte. Högre kostnader behöver inte nödvändigtvis betyda högre kvalitet.)

### Vill du veta mer?

- Livsmedelsverkets råd "Bra mat i skolan"