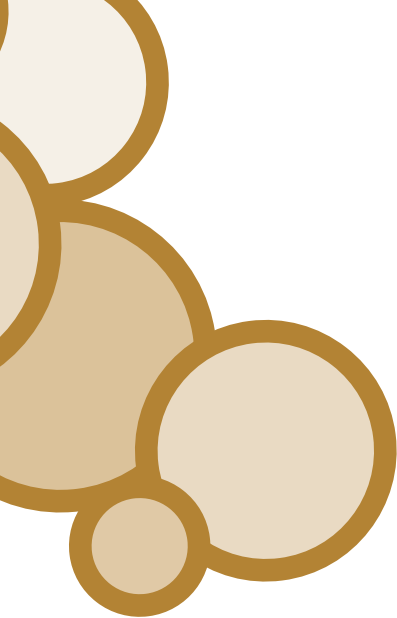




# Kostpolicy

inom äldreomsorgen





”Alla matgäster, men även anhöriga, ska känna en trygghet i att det serveras välsmakande och näringsriktigt väl sammansatt kost inom Södertälje kommuns måltidsverksamheter. 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.”

Antagen av kommunfullmäktige  
2010-03-29, § 62

## Kostpolicy

Kommunen har sin kostverksamhet inom skilda områden som utbildning, äldreomsorg och socialomsorgen. Kostpolicyn ska vara ett styrande dokument för att kvalitetssäkra måltidsverksamheten i det dagliga arbetet. Policyn kan även användas vid planering och uppföljning av måltidsverksamheten. Kostenheten och respektive resultatansvarig ansvarar för att policyn efterlevs.

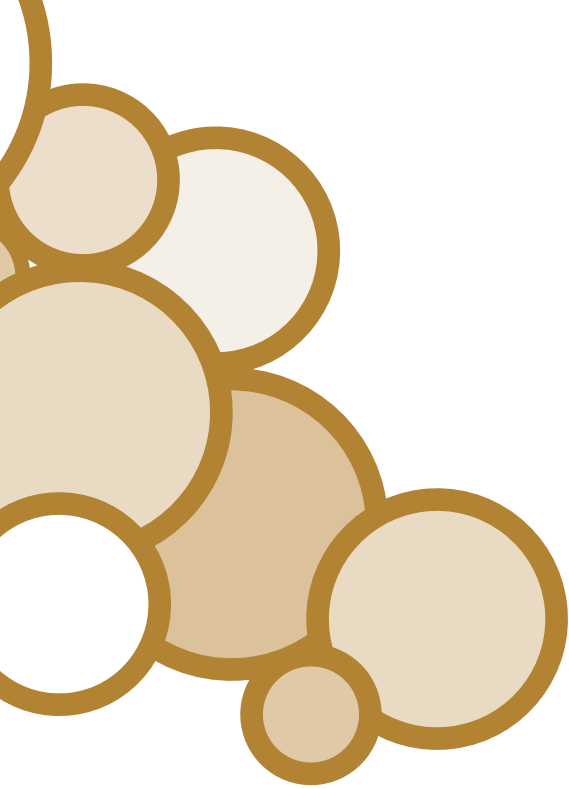
### Kostpolicyn syftar bland annat till att:

- servera god mat av hög kvalitet och bra näringsinnehåll i kommunens samtliga verksamheter – måltiderna ska vara något man ser fram emot under dagen.
- säkerställa en bra näringsstatus och förebygga undernäring hos de äldre.
- genom måltiderna förebygga kostrelaterade problem som övervikt och fetma och därigenom minska risken för till exempel diabetes, högt blodtryck samt hjärt- och kärlsjukdomar.
- betona måltiden som en viktig källa för sociala kontakter, speciellt inom omsorgens verksamheter.
- sträva efter att göra de bästa valen ur etiska och miljömässiga utgångspunkter.
- hålla hög kvalitet på livsmedelshygien.
- åstadkomma vackra och ändamålsenligt måltidsmiljöer.

*Kostpolicyn på de följande sidorna är formulerad i ett antal konkreta punkter och målsättningar under olika rubriker.*







## Näring

- Maten ska vara god och omväxlande. Den ska vara fri från onödiga tillsatser och omväxlande och ska gå att ursprungs- och näringsdeklareras så långt det är möjligt. Härdat fett (transfett) får ej serveras.
- Nattfastan för de äldre ska inte överstiga elva timmar. Måltiderna för övrigt ska vara väl utspridda över dygnet. Om behov finns om nattfastan blir för lång skall möjlighet till ett nattmål finnas.
- Boendeformer med totalt måltidsansvar ska servera frukost, lunch, middag samt tre mellanmål.
- De äldre ska även ha god tillgång till drycker så att de får i sig tillräckligt med vätska. Hänsyn måste tas till äldres hjälpbehov och sväljsvårigheter. Måltiderna ska vara utformade enligt de svenska näringsrekommendationerna för äldre.
- Måltiden får aldrig bli en rutin. Måltiden ska anpassas så att den boende inte blir stressad. Det är viktigt att skapa lugn och ro under måltiden och att duka på ett inbjudande sätt. Det är mycket viktigt att verksamheterna arbetar aktivt för att skapa matglädje för de äldre i form av att till exempel erbjuda ett glas vin i samband med måltiden.
- För äldre är det speciellt viktigt att det tillhandahålls specialkost efter olika individuella behov. Specialkost kan vara dietkost, energiberikad kost, extra näringstillskott, passerad kost, gelékost, flytande kost samt önskekost. Specialkost för olika sjukdomar ska kunna levereras vid särskilda behov efter intyg av läkare eller dietist.

# Hållbar utveckling och måltidsmiljö

- Kommunen ska verka för ökad ekologisk odling genom att i möjligaste mån köpa ekologiska livsmedel.
- Kommunen ska verka för upphandlingssätt som gynnar närodlade och närproducerade produkter. Strävan ska vara att minimera antalet varutransporter till enheterna. Verksamheterna ska sträva efter att årstidsanpassa råvarorna för att på så sätt minska transportsträckor.
- Genmodifierade organismer (GMO) ska undvikas så långt det går att spåra. Verksamheterna ska också välja etiskt märkta produkter i så stor utsträckning de kan och ej servera rödlistade eller utrotningshotade arter.
- Samtliga kök ska vara KRAV-certifierade och säkerställa miljövänliga arbetsmetoder samt ett miljövänligt inköpsmönster, de ska även vidta åtgärder för att minska matsvinn ur såväl miljösynpunkt som pedagogisk synpunkt. Allt avfall ska källsorteras.
- Vid utformningen av restauranger ska man sträva efter att acceptabel ljudnivå (inte över 65 dB) uppnås.
- Miljökontoret ska ha ett konsultativt förhållningssätt gentemot köksverksamheterna. Samtliga kök ska följa gällande livsmedelslagstiftning, kommunens hygienpolicy samt utgå från kommunens egenkontrollprogram. Programmet ska enheterna själva anpassa för den egna verksamheten. Detta gäller även cafeteriavverksamheter.
- Varje enhetschef, matråd eller liknade bör undersöka möjligheten att skapa mötesplatser för alla äldre genom att servera gemensamma måltider.
- Varje resultatansvarig ansvarar 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 några tillfällen för möjlighet att föreslå önskematsedel.
- Maten ska tillagas i ändamålsenliga kök så nära matgästerna och serveringstillfället som möjligt. Kommunens strävan är att fortsätta utbyggnaden av antalet tillagningskök.
- Gällande brukare med behov av särskild omsorg på grund av till exempel funktionshinder ska tillräcklig tid avsättas för hjälp vid måltiden. Måltiden och hjälpmedel ska anpassas utifrån den ätandes behov.
- Matgästerna ska få ett bra bemötande. Det ska finnas gemensamma överenskommelser för trivsel och ordning i varje matsal. 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.





## Kvalitet

- Matgästernas behov ska vara utgångspunkten i arbetet för varje anställd. Verksamheterna ska sträva efter att uppmuntra personalen att delta i måltiden med brukarna.
- Brukare på vård- och omsorgsboenden samt på våra dagliga verksamheter ska kunna vara med och baka bröd, förbereda måltiderna eller hjälpa till i disken. Detta kan till exempel ske genom kökspraktik och pedagogisk matlagning ute på avdelningarna.
- Enkel och konkret information om kommunens måltider ska finnas lätt tillgänglig på vård- och omsorgsverksamheter och på till exempel internet.
- All personal som hanterar livsmedel inom kommunens verksamheter ska regelbundet genomgå adekvata utbildningar.
- Av livsmedelssäkerhetsskäl så ska all kökspersonal bära enhetliga arbetskläder avsedda för kök.
- Inom vård och omsorg ska mat och näring ses som en integrerad del av omvårdnaden.
- Det ska vara enkelt för samtliga kök att handla ekologiskt och närproducerat. Utbud och aktuella priser måste tydligt framgå. Upphandlings- och inköpssystem måste stödja detta.
- Kostpolicyn ska stämmas av vartannat år.
- Budgetmedel ska avsättas så att kvalitetskraven uppnås. Kostnaderna för måltiderna ska åtminstone räknas upp med index så att ingen urholkning av matkvaliteten sker.
- Måltidsverksamheten bör kontinuerligt utvärderas via brukarenkäter.



[www.sodertalje.se](http://www.sodertalje.se)