

Kostpolicy för Jomala kommuns barnomsorg, fritidshem och skola

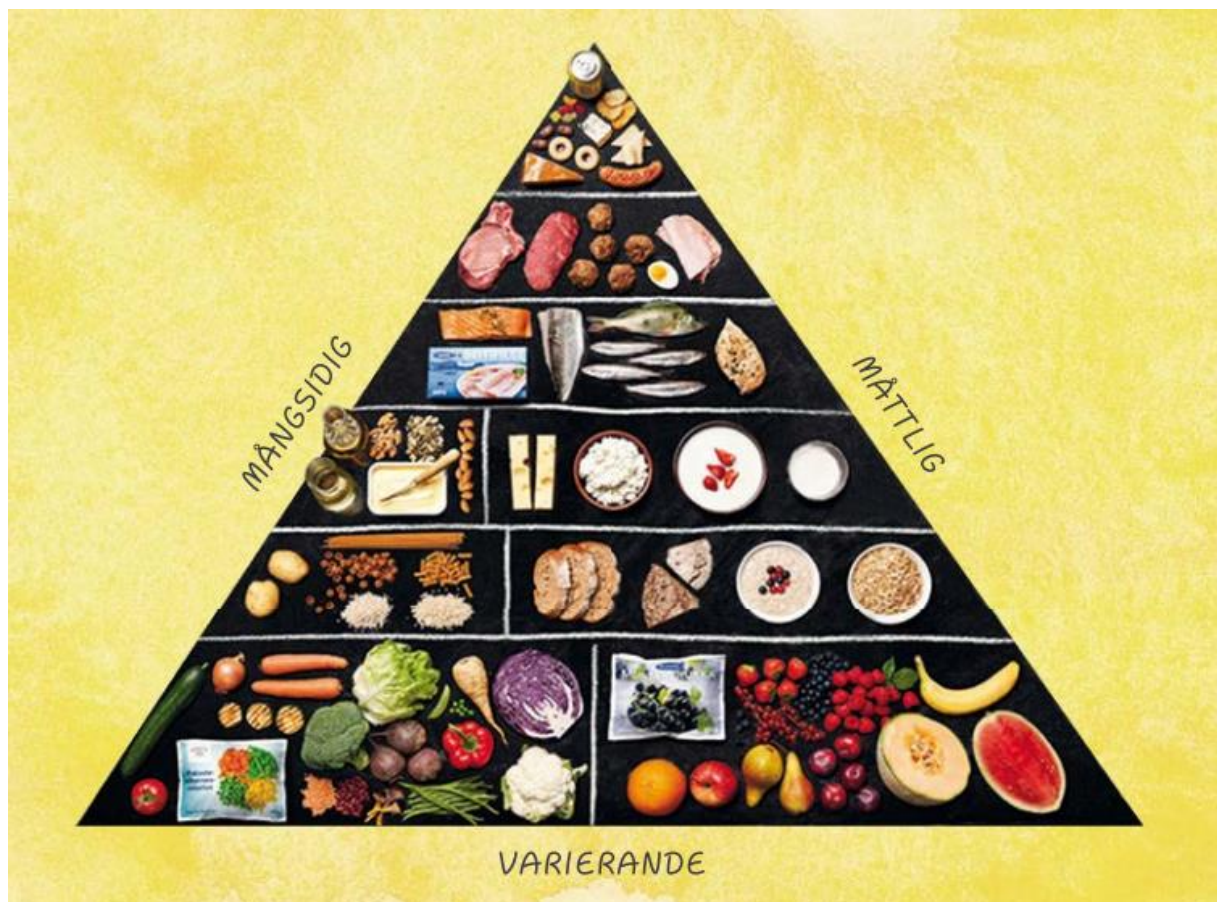


Bild: Kosttriangeln, *Tillsammans kring matbordet – kostrekommendationer till barnfamiljer*, Institutet för hälsa och välfärd 2019

1 Bakgrund

Kostpolicyn är avsedd för måltider inom barnomsorg, fritidshem och skolor i Jomala kommun. Policyn gäller således barn, elever och även personal. Styrdokumentet är framtaget för att gynna en enhetlig kvalitet och linje i samtliga av kommunens kök. Miljöfrågor är viktiga och andelen ekologiska och närproducerade livsmedel ska succesivt öka. Råvarorna ska vara säsonganpassade. Den personal som ansvarar för inköpen ska sträva efter att minska matsvinn.

All personal ska ha kännedom om grunderna för trevliga måltider och en god servicekänsla för att skapa en behaglig och god måltidsmiljö. Detta styrdokument uppdateras efter behov.

Enligt 5 kap. 27 § landskapslag (2020:32) om barnomsorg och grundskola ska ett barn som deltar i daghemsverksamheten och fritidshemsverksamheten erbjudas en hälsosam och lämplig kost som fyller barnets näringsbehov. Enligt 12 kap. 63 § ska skolelever under varje arbetsdag få en fullvärdig måltid samt, om arbetsdagens längd kräver det, ett mellanmål. Måltiden och mellanmålet ska vara näringsmässigt väl sammansatta och tillräckliga, ändamålsenligt ordnade och övervakade samt avgiftsfria för eleverna.

Enligt läroplanen för Ålands grundskolor ska elever dagligen få en fullvärdig måltid samt ett mellanmål om arbetsdagens längd kräver det. Måltiderna ska vara näringsriktiga och väl sammansatta, samt avgiftsfria. Vidare ska måltidssituationen vara övervakad.

2 Näringsrekommendationer

Måltider och mellanmål ska planeras utgående från barnet så att en regelbunden måltidsrytm säkras. Barn i daghemmen serveras de måltider och mellanmål som normalt skulle höra till tidpunkten i fråga. I heldagvården täcker måltiderna cirka två tredjedelar och i halvdagvården en tredjedel av barnets dagliga energibehov. Skoleleverna kan utöver lunchen serveras mellanmål. Mellanmål ska vara näringsrikt planerade och insatta i en helhet för dagen.

Vid planerandet av måltider ska kökspersonalen utgå ifrån kosttriangeln och tallriksmodellen.

Kommunen följer näringsrekommendationerna så långt som möjligt.

3 Specialkost i daghem och skolor

Kommunen erbjuder måltider i linje med nationella och landskapsspecifika myndighetsbeslut och rekommendationer. Jomala kommun erbjuder specialkost endast vid medicinska orsaker eller etiska skäl. Läkarintyg krävs vid medicinsk orsak, så som till exempel påvisad allergi mot basnäringsämnen, allvarliga allergiska reaktioner eller bestående sjukdom, i enlighet med ÅHS riktlinjer för "Läkarintyg för specialkost i skolor och dagvård".

Om barnet inte gör anspråk på sin specialkost eller anpassade måltid under två veckor utan att meddela frånvaro ska kosten upphöra. Köket informerar ansvarig föreståndare eller rektor. Därefter serveras normalkosten.

3.1 Sjukdomar, allergier och intolerans

Det allergiska barnet serveras på daghem och skolor samma mat som övriga barn om vårdnadshavaren inte har ett läkarintyg över specialkost. Samma regel gäller personalen. Läkaren ska motivera behovet av specialdiet. Intyg lämnas in till daghemsföreståndare/skolkansli och köksföreståndare. Läkarintyget ska uppdateras åtminstone vartannat år vid läsårsstart av vårdnadshavaren. Detta gäller dock inte för sjukdomar som kräver bestående kostbehandling, som till exempel diabetes eller celiaki.

Det nationella allergiprogrammet i Finland 2008-2018 har som målsättning att öka toleransen mot allergener. Att utsätta sig för allergener i små mängder kan lindra milda allergier. Istället för att fokusera på allergierna är det bättre att fokusera på det barnet tolererar.

För laktosintolerans behöver inget läkarintyg inlämnas utan det räcker med intyg från vårdnadshavare. Laktosintolerans förekommer naturligt hos 10-15 % av befolkningen. Barn ska inte generellt behöva avstå helt från mjölk på grund av laktosintolerans.

3.2 Konsistensanpassad kost för barn med särskilda behov

Om ett barn har ett sådant tillstånd att det inte går att äta den mat som serveras kan personalen tillsammans med vårdnadshavaren komma överens om vad barnet kan äta utan svårigheter.

3.3 Selektivt ätande

Anpassade måltider vid neuropsykiatriska funktionsnedsättningar serveras till följd av inlämnat intyg från vården. En kontinuerlig dialog förs för att erbjuda rätt kost. Målet är att på sikt öka variationen i kosten.

3.4 Specialkost av religiösa skäl

Specialkost av religiösa skäl serveras. Vid specialkost innehållande animaliska livsmedel med tillagnings- och/eller slaktmetoder som kommunen inte kan tillhandahålla erbjuds en vegetarisk måltid. Intyg från vårdnadshavare ges åt daghemsföreståndare/skolkansli och köksföreståndare.

3.5 Vegetarisk och vegansk kost

Vegetarisk och vegansk kost serveras. Den vegetariska/veganska kosten har samma protein-kolhydratbalans som blandkosten. Intyg från vårdnadshavare ges åt daghemsföreståndare/skolkansli och köksföreståndare.

3.6 Socker

Söta bakverk eller liknande serveras inte på ett barns födelsedag. Kommunen kan vid enstaka tillfällen bjuda på glass och bakverk till exempel i samband med högtider. Generellt används minimalt med socker. Söta alternativ (till exempel socker, sylt, gelé och ketchup) erbjuds som tillägg endast vid enstaka tillfällen. Helt sockerfri kost erbjuds inte.

4 Mat hemifrån

Utgångspunkten är att alla barn äter det som erbjuds på daghem, fritidshem och skola. Barnen får inte ta med sig mat hemifrån in i den gemensamma matsalen.

5 Pedagogiska måltider

Syftet med de pedagogiska måltiderna är att barnen ska få en positiv upplevelse av måltiderna och en naturlig inställning till mat. Goda matvanor börjar vid tidig ålder och kan bidra till en god hälsa. Därför behöver barnen stöd av vuxna som fungerar som förebilder.

Fester och måltider utöver det normala planeras i god tid med kökspersonalen. Den pedagogiska personalen är ansvarig för att kökspersonalen i god tid får reda på specialarrangemang och planeringen sker tillsammans med pedagogisk personal och kökspersonal.

Material som agerat underlag för kostpolicyn:

Ålands hälso- och sjukvårds rekommendationer gällande läkarintyg för specialkost i skolor och dagvård, daterad 30.9.2016

Folkhälsostrategi för Åland 2023-2030, Ålands landskapsregering, s. 94

Läroplan för grundskolan på Åland 2021, allmänna delen, s. 16

Tillsammans kring matbordet – kostrekommendationer till barnfamiljer, Institutet för hälsa och välfärd andra reviderade upplagan 2019, s. 37 och 87

Vi äter och lär tillsammans – rekommendation för skolbespisningen, VRN, OPH och Institutet för hälsa och välfärd 2017, s. 41