



Riktlinjer för hållbara måltider och mat i Region Gotland

med bakgrund i policyn -
Den goda måltiden

Fastställt av regiondirektören

Framtagen av regionstyrelseförvaltningen

Datum 2023-01-19

Gäller 2023-tillsvidare

Ärendenr RS 2019/958

Version [1.0]

Innehållsförteckning

1. Bakgrund och syfte	3
1.1 Regelverk och lagstiftning	3
2. Måltidsprocess och ansvar i samverkan.....	4
2.1. Omfattning serveringsdagar	4
3. Näringsinnehåll och uppföljning, modeller för planering	4
3.1 Måltidsmodellen.....	5
3.2 Tallriksmodellen.....	5
4. Menyer och tillagning.....	6
5. Specialkost och anpassade måltider	7
6. Beställning måltider inkluderat specialkost.....	8
7. Utflyktsmat	9
8. Servering i regionens lokaler	9
9. Matsvinn.....	9
10. Säker mat – egenkontrollprogram och hygienrutiner	10
11. Kökslokaler, faktiska förutsättningar - funktionsprogram	10
12. Maten, miljön och bemötande	11
13. Kunskap och kompetensutveckling	11
14. Maten som pedagogiskt verktyg.....	12
15. Upphandling och inköp av livsmedel	12
16. I händelse av störning – beredskap och livsmedels-/måltidsförsörjning	12
17. Kvalitetsuppföljning.....	13
18. Direktiv och baskrav för upphandling - inköp av livsmedel.....	14
19. Livsmedelsförpackningar och förpackningsavfall.....	15
20. Förklaring av begrepp samt referenskällor.....	16

1. Bakgrund och syfte

En reviderad version av policyn Den goda måltiden har antagits av Regionfullmäktige i Region Gotland (RF § 236, 2022-12-12). Policyn omfattar mål och ambitioner som främjar hälsa och välbefinnande hos alla – barn, ungdomar, äldre, patienter och medarbetare. För att mål i policyn ska kunna verkställas, så har dessa riktlinjer tagits fram och anger yttre ramar i arbetet med måltider och mat i förskola, skola, på sjukhus, inom vård och omsorg, samt för medarbetare och besökare.

Dessa riktlinjer har arbetats fram av berörda förvaltningar. Riktlinjerna utgör förvaltningars gemensamma övergripande förutsättningar. Förvaltningar som omfattas och där måltidsverksamhet bedrivs är; Hälso- och sjukvårdsförvaltningen, Socialförvaltningen, Utbildnings- och arbetslivsförvaltningen samt Regionstyrelseförvaltningen med avdelning Måltid. Utöver dessa riktlinjer finns specifika anvisningar per förvaltning, som utgörs av fristående dokument.

Syfte med riktlinjerna är att vara vägledande för anställda när det gäller hållbara måltider och mat i regionen - riktlinjer som varje enskild medarbetare ska kunna följa under den dagliga arbetsrutinen vid beredning, tillagning och servering av måltider. Regionstyrelsen och aktuella nämnder ansvarar tillsammans för att förutsättningar finns att kunna följa riktlinjerna. Riktlinjerna gäller även utförare vid konkurrensutsättning och entreprenad drift.

1.1 Regelverk och lagstiftning

Regelverk och lagstiftning som styr måltidsverksamheten är:

- EU:s förordning (EG) nr 178/2002, livsmedelslagstiftningen - om livsmedelssäkerhet och med hög skyddsnivå för människors hälsa
- Skollagen 2010:800; 10 kap – om bland annat krav på att måltider i de obligatoriska skolformerna ska vara kostnadsfria och näringsriktiga
- FN:s barnkonventionen - om barns rätt att få näringsrika livsmedel i tillräcklig omfattning och rent dricksvatten, samt undervisning om näringslära (artikel 24, 2c och e)
- Socialtjänstlagen, SoL (2001:453)
- Hälso- och sjukvårdslagen, HSL (2017:30)
- Patientsäkerhetslagen (2010:659)
- Lagen om offentlig upphandling, LOU (2016:1145)
- Arbetsmiljölagen (1977:1160)

Utöver lagstiftningen ovan så används;

- Nordiska näringsrekommendationer, NNR
- Livsmedelsverkets Nationella riktlinjer för måltider;
 - Måltider på sjukhus
 - Måltider i äldreomsorgen – ordinära, särskilda boenden – hemtjänst och äldreboenden
 - Måltider i skolan - förskoleklass, grundskola, gymnasieskola och fritidshem
 - Måltider i förskolan
- Socialstyrelsens föreskrifter och allmänna råd
- Övriga lokala styrdokument relaterat måltidsverksamheten

2. Måltidsprocess och ansvar i samverkan

Regionens övergripande måltidsprocess framgår nedan. Utförare och aktuella förvaltningar har ett delat och gemensamt ansvar i måltidskedjan till varje gäst. Utöver vad som beskrivs i denna process så ingår även förarbete och efterarbete.



2.1. Omfattning serveringsdagar

Följande antal serveringsdagar omfattas årligen när det gäller aktuella måltidskategorier (om inget annat anges i överenskommelser/avtal):

- Förskola ca 240 dagar
- Skola och gymnasium ca 178 dagar
- Sjukhus inkl. psykiatri ca 365 dagar
- Särskilda boenden ca 365 dagar
- Ordinärt boende Utifrån förutsättningar i beviljat bistånd

3. Näringsinnehåll och uppföljning, modeller för planering

Måltider ska serveras enligt Nordiska näringsrekommendationer (NNR) och Livsmedelsverkets rekommendationer. Krav på energi- och näringsinnehåll över hela dagen, finns beskrivet i Livsmedelsverkets Nationella riktlinjer för måltider till respektive förvaltnings kategorier.

Vid planering av energi- och näringsinnehåll är det av stor vikt att näringsberäkningen omfattar minst fyra sammanhängande veckor och visar genomsnittligt innehåll av energi och näring för lunch, och där det är aktuellt även för kvällsmat. Beräkningar kan även användas för uppföljning.

I näringsberäkning ska allt som barn, ungdomar, äldre och patienter erbjuds i menyn ingå såsom maträtt, med tillbehör samt bröd, smörgåsfett och dryck, ev. frukt eller efterrätt.

Näringsinnehållet som beräknas bör minst omfatta följande: Energi/portion (MJ eller kcal), fett, mättat fett, fleromättat fett, kolhydrater, protein, fibrer, vitamin C, vitamin D, folat, järn och salt.

Ett kostplaneringssystem bör därmed finnas hos utförare och med fördel användas som verktyg vid näringsberäkning av måltider och uppföljning av energi och näringsinnehåll i aktuella måltider.

3.1 Måltidsmodellen

Måltidsmodellen ska användas som stöd i planering av måltider och därmed utgöra yttre ram och förutsättning för en helhetsupplevelse och matglädje för varje måltidsgäst. En bra måltid består av flera delar, att måltiden är God och Trivsamt - Näringsriktig och Säkert att äta - Miljösmart och Integrerad.

Mer information om måltidsmodellen och hur den kan användas som verktyg och resurs beskrivs i måltidspolicyn Den goda måltiden samt på Livsmedelsverkets hemsida www.livsmedelsverket.se.



Bildkälla: Livsmedelsverket

3.2 Tallriksmodellen

Tallriksmodellen ska användas som stöd när det gäller att beskriva hur en bra måltid komponeras med proportionerna mellan de tre delarna – grönsaker och rotfrukter – potatis, pasta, bröd och gryn – kött, fisk, ägg och baljväxter.

Modellen är en praktisk översättning av kostråden, som baseras på de gemensamma nordiska näringsrekommendationerna (NNR 2012). Hur mycket som är lagom att äta avgör hunger och energibehov. Två huvudsakliga versioner finns av tallriksmodellen:

- En anpassad för individen med högre energibehov/som rör på sig regelbundet, där mängden grönsaker och rotfrukter kan vara lika stor som mängden potatis, pasta, bröd och gryn. (bild nedan vänster).

- En version anpassad för individen med lägre energibehov/som rör på sig mindre, där mängden potatis, pasta, bröd och gryn bör vara mindre medan mängden av grönsaker och rotfrukter större. (bild nedan höger)



Bildkälla: Livsmedelsverket

Tallriksmodellerna som beskrivits ovan behöver dock anpassas för äldre som äter mindre portioner eller personer med nedsatt aptit eller näringsmässigt sårbara och svårt sjuka patienter. En mindre men mer kraftfull måltid skapas genom att mängden proteinrik mat som kött, fisk, ägg eller baljväxter behålls, medan delarna med grönsaker och rotfrukter samt potatis, pasta, bröd och gryn minskas. Dessutom bör extra fett tillsättas.

Även drycken är en viktig del av måltiden. Den kan bidra med energi och näring utan att ge någon större mättnad.



Bildkälla: Livsmedelsverket

Mer information om Tallriksmodellen, Livsmedelsverkets hemsida www.livsmedelsverket.se

4. Menyer och tillagning

Utförare ska erbjuda menyer som är tilltalande, varierande utifrån livsmedelskategori, maträtt och utformning samt målgruppsanpassade. Menyerna ska tillhandahållas och vara designade så att det tydligt framgår vad som serveras. I planering av menyer ska urvalet av livsmedel säsongsanpassas och bidra till naturlig variation över året samt med anpassning till årets högtider, som jul, påsk och midsommar.

Ett medvetet arbete i planering av menyer ska ske i överensstämmande med den regionala mat- och livsmedelsstrategin för Gotland, växtbaserade rätter och animaliska produkter som främjar både hälsan och en hållbar livsmedelskonsumtion.

Valmöjlighet i form av antal rätter som ska erbjudas och serveras matgäster vid lunch respektive kvällsmat inom vardera förvaltningen, sker i överenskommelse med utförare.

Inriktning om inte något annat anges, ska vara:

Huvudkomponent innebär: Proteinkälla i form av kött, fisk, fågel eller bönor, linser och andra baljväxter.

I den vegetariska måltiden ska det alltid ingå en proteinkälla eller proteinrikt tillbehör.

Förskola

- Lunchmenyn består av en maträtt per dag – huvudkomponent, som kompletteras med grönsaker, tillbehör, bröd, smörgåsfett och dryck.

Grundskola, anpassad skola och gymnasieskola

- Lunchmenyn består av en till två maträtter per dag (varav en vegetarisk rätt) – huvudkomponent, som kompletteras med grönsaker, tillbehör, bröd, smörgåsfett och dryck.

- Råkostbordet ska omfatta minst åtta olika komponenter - minst tre fiberrika grönsaker, minst en baljväxt och minst en salladsgrönsak eller frukt.

Särskilda boenden

- Lunchmenyn består av en maträtt per dag – huvudkomponent, som kompletteras med grönsaker, tillbehör samt bröd, smörgåsfett och dryck. Efterrätt erbjuds dagligen.
- Kvällsmenyn består av en maträtt per dag – huvudkomponent, som kompletteras med tillbehör samt bröd, smörgåsfett och dryck.

Till ordinärt boende med beviljat bistånd om måltidsstöd

- Matlådor utifrån ett urval upp till 17 olika maträtter per vecka erbjuds.

Sjukhus och psykiatri

- Lunchmenyn består av en till två maträtter per dag – huvudkomponenter, som kompletteras med grönsaker, tillbehör samt bröd, smörgåsfett och dryck. Efterrätt alternativt frukt erbjuds dagligen.
- Kvällsmatsmenyn består av en maträtt per dag – huvudkomponent, som kompletteras med tillbehör samt bröd, smörgåsfett och dryck.

Så långt som det är möjligt ska matlagning i tillagningsköken ske från grunden. I mottagningsköken tillagas potatis, varma grönsaker, råkost samt övrig kompletterande sluttillagning inför servering. Samtliga måltider sluttillagas så nära serveringstillfället som möjligt, för att bäst bevara aptitlighet, smak och näringsinnehåll.

5. Specialkost och anpassade måltider

I uppdrag för samtliga utförare av måltider så omfattas också beredning, tillagning och servering av specialkost vid allergi, celiaki (glutenintolerans), laktosintolerans eller annan överkänslighet.

Specialkost

Specialkost av medicinska skäl ska vid behov tillhandahållas till barn, ungdomar, äldre, patienter och medarbetare som äter pedagogiskt, och där fullgoda alternativ tillagas och serveras enligt riktlinjer från Livsmedelsverket samt övrig vägledning som följer:

- Informationsförordningen (EU) nr 1169/2011 med allmänna regler om livsmedelsinformation, ska dagligen användas relaterat till de 14 allergenerna - ämnen som är vanliga orsaker till allergi eller annan överkänslighet. Enligt informationsförordningen är tillhandahållande av information om allergener som listas i förordningens bilaga II, obligatoriskt. <https://www.livsmedelsverket.se/foretagande-regler-kontroll/regler-for-livsmedelsforetag/allgener>
- Nationella rekommendationer från februari 2020, framtagna av branschföreningen kost & Näring - vägledning till vem som har rätt till specialkost och anpassade måltider i förskola/skola. <https://www.kostochnaring.se/vart-arbete/forskola-skola/specialkost-anp-maltider>
- Branschriktlinjer om Offentlig säker mat framtagna av Sveriges kommuner och regioner (SKR) <http://www.offentligsakermat.se>

Inom förskola, skola, anpassad skola och gymnasieskola, serveras inte måltidskomponenter som innehåller jordnötter, nötter, mandel eller sesamfrön.

Anpassade måltider

Anpassade måltider utifrån religiösa och etiska skäl ska vid behov tillhandahållas:

- Kost utan blodmat
- Kost utan griskött
- Kost utan nötkött
- Lakto – Ovo – vegetarisk kost (innehåller mjölk och ägg)
- Vegankost (för förskola, skola, anpassad skola, gymnasium beställs kosten i dialog med vårdnadshavare och kökspersonal eftersom denna kost, utan kosttillskott, inte uppfyller skollagens krav på fullvärdig skolmat)

Anpassningar kan även innebära att tillgodose behov när det gäller anpassningar på grund av fysiska, sensoriska, kognitiva eller utvecklingsbetingade funktionsnedsättningar, inkluderat neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

Anpassning kan också innebära att tillgodose behov av anpassad konsistens:

- Hel och delad – normal konsistens, ev. delad i mindre bitar.
- Grov paté – luftig, mjuk och grovkornig konsistens.
- Timbal – mjuk, slät, kort och har en sammanhållande konsistens.
- Gelé – mjuk och hal, smälter i munnen.
- Flytande – slät och rinnande, rinner av skeden.
- Tjockflytande – slät och trögflytande, droppar från skeden.

Region Gotland kan inte tillgodose behov av:

- Kosherkost eller halalkost, vid dessa önskemål erbjuds lakto-ovo-vegetarisk kost.
- Måltider som endast utgår från ekologiska råvaror, svenska eller närproducerade råvaror.
- Andra dieter utifrån trender.

6. Beställning måltider inkluderat specialkost

Varje förvaltning har ansvar för beställning av måltider från Avdelning Måltid (eller annan utförare) som sedan tillagar och distribuerar efter beställning. Beställningar omfattar även specialkost och anpassade måltider.

Vid förskola och skola har alltid vårdnadshavaren huvudansvaret för barnets specialkost. Beställningsprocessen för specialkost sker via skoladministratör, som vidareförmedlar beställning till aktuella kök.

7. Utflyktsmat

Ett anpassat utbud av måltider ska tillhandahållas i samband med utflykter, som inryms inom överenskomna förutsättningar i överenskommelser/avtal. Näringsinnehåll motsvarande vid ordinarie måltid ska eftersträvas, men utflykter här ses som en enstaka aktivitet där ett prioriterat syfte finns att ge variation i kunskapsinhämtning, måltidsmiljö eller upplevelse.

Måltiden vid utflykter ska även vara säker och för individer med allergier och överkänslighet ska maten vara tydligt märkt. Ansvar för att maten hanteras på ett korrekt sätt ligger hos den personal som ansvarar för utflykten

8. Servering i regionens lokaler

Vid arbetsmöten och konferenser ska färsk frukt alltid kunna beställas. Bröd, smörgåsfett och pålägg samt någon grönsak bör erbjudas som alternativ. Likvärdigt sortiment, ska vara självklara alternativ i regionens lokaler även till gäster med behov av specialkost utifrån medicinskt behov.

Vatten som erbjuds ska vara kranvatten. Lokalproducerade och säsonganpassade livsmedel ska serveras i så stor utsträckning som möjligt.

I regionens övriga lokaler som här omnämns, ska hälsomedvetna produkter och utbud finnas, där utbudet följer rekommendationer utifrån ett näringsriktigt perspektiv till exempel bröd, smörgåsfett och pålägg samt någon grönsak, yoghurt, mjölk eller berikade vegetabiliska drycker, frukt, grönsaker och smoothies.

Följande verksamheter omfattas:

- Regionhuset Visborg, bibliotek, idrottsanläggning, bad och simhall, fritidsgårdar och museum
- Sjukhusets kiosk/cafeteria och Café Korpen
- Skolcaféer

9. Matsvinn

Mängden matsvinn ska fortsatt i samverkan mellan beställande förvaltning och avdelning Måltid (eller annan utförare), minskas genom hela måltidsprocessen i samtliga beställningsproduktions- distributions- och serveringsled.

Livsmedelsverkets nationella mätmetod för matsvinnsmätning ska ligga till grund för det systematiska svinnarbetet.

10. Säker mat – egenkontrollprogram och hygienrutiner

Samtliga kök- och serveringsenheter där livsmedelshantering sker i någon form, ska följa rådande livsmedelslagstiftning (EG) nr 178/2002, med förordning om livsmedelshygien i (EG) nr 852/2004. Varje kök- och serveringsenhet ska även ha ett väl fungerande egenkontrollprogram med rutiner som säkerställer livsmedlens säkerhet, redlighet och spårbarhet.

Ansvarig för varje kök-/restaurang-/caféverksamhet ska se till att samtlig personal har tillräcklig kunskap i livsmedelshygien för att kunna utföra sina arbetsuppgifter i enlighet med rådande livsmedelslagstiftning.

Vid kök-/restaurang-/café-/kioskverksamheter som hanterar mat till barn, ungdomar, äldre och patienter med allergi eller överkänslighet, ska alla faktorer som kan påverka risken att maten inte är säker för gästen, beaktas och hanteras i löpande rutiner, kontroller och uppföljning.

Uppföljning ska årligen ske av registrerade köksenheters livsmedelshantering hos regionens myndighetsavdelning, miljötillsyn och vidtagna åtgärder samt brister som rapporterats av kontrollmyndigheten.

Livsmedelsverkets Kontrollhandbok för storbushåll Del 1, Del 2, Del 3, ska utgöra vägledning och stöd.

11. Kökslokaler, faktiska förutsättningar - funktionsprogram

Inom Region Gotland ansvarar Teknikförvaltningen för drift och service av fast installerad utrustning. Detta sker i samråd med ansvarig förvaltning för att minimera påverkan på verksamheten och måltidsprocessen som helhet.

Ansvarig förvaltning beställer anpassningar och om-/nybyggnation av Teknikförvaltningen vilka med fördel utförs tillsammans med planerat underhåll. Förändringar i lokalerna ska alltid utformas för att säkerställa så att måltidernas livsmedelshygieniska kvalitet säkerställs samt att riskfyllda arbetsmoment och ohälsa förebyggs hos anställda.

Respektive förvaltning ansvarar för att informera Teknikförvaltningen om brister och behov av underhåll utanför befintlig underhållsplan.

Samtliga kökslokaler ska byggas så att krav i lagstiftningen kan efterlevas. Regionens funktionsprogram för kök ska användas vid planering och utformning av kökslokaler – golv och utrustning ska kunna hållas i gott skick och vara konstruerade så att de går att hålla hygieniskt rena. Lokaler och förvaringsutrymmen ska vara tillräckligt stora för den hantering som sker, ventilationen tillräcklig och filter lätta att rengöra. *Kök ovan, innebär både tillagningskök, mottagningskök, avdelningskök samt beredningskök i regionens lokaler som framgår i avsnitt 8.*

Extern utförare har lokalansvar utifrån överenskommelser i avtal.

Livsmedelsverkets Kontrollhandbok för storbushåll Del 1, Del 2, Del 3, ska utgöra vägledning och stöd.

12. Maten, miljön och bemötande

Hur måltiden serveras och presenteras har stor inverkan på helhetsupplevelsen kring måltiden, även dofter har stor betydelse för hur vi upplever maten. Alla ska ges möjlighet att äta på regelbundna tider och ges tillräckligt med tid för att äta i lugn och ro. Maten och måltidsmiljön bidrar till trivsel, välbefinnande och en plats för det goda mötet. Miljön ska vara ordnad så att alla gäster upplever trivsel att äta och får en god måltidsservice. Måltiderna ska i varje serveringslokal presenteras på ett professionellt sätt som skapar förväntningar och främjar goda matvanor.

I profession hos utförare av mat- och måltider omfattas även ett värdskap, via ett respektfullt bemötande och god service som sätter sin prägel på maten och måltiden som serveras, samt även den omgivande måltidsmiljön.

Matråd eller motsvarande forum – med roll att fånga upp behov i måltidsfrågor samt delta i utveckling, ska finnas vid enheter inom förskola, skola samt vård- och omsorg för att stimulera engagemang till bra måltider och trivsamt måltidsmiljö. Delaktighet från matgäster – barn, elever inom förskola och skola, gäster inom vård- och omsorg samt vårdavdelningar, ska ses som en naturlig medverkan.

13. Kunskap och kompetensutveckling

Utbildningskrav ska vara ställda i relation till befattning. Personal som bereder och tillagar i köksproduktion ska ha dokumenterad grundutbildning i restaurang-/storkökshållsproduktion eller erfarenhet som är likvärdig utbildningen.

- Varje år ska utbildningsbehov för samtlig personal som hanterar mat och måltider identifieras. Exempel på ämnesområden är; specialkost, nutrition, tillagning och produktionstekniker, service och bemötande.
- För anställda som arbetar med beredning och tillagning i regionens måltidsverksamheter, ska fortbildning i livsmedelshygien ske löpande. Motsvarande utbildning för omsorg- och vårdpersonal samt pedagoger som slutbereder måltider inför servering, bereder frukost och mellanmål, ska ske vartannat år.
- Fortbildning om regionens olika måltider och aktuella kosttyper ska minst 1 gång per år ske till omsorg- och vårdpersonal samt pedagoger vid förskola och skola. Kunskap ska finnas också hos personal som utgör stöd vid LSS-boenden i samband med inköp och tillagning av måltider.

Befintlig modell för kunddialog (egen regi - utförare och beställare) ska under året användas vid uppföljnings- och utvecklingsfrågor samt strategiska frågor. Avdelning Måltid är sammankallande till dessa möten.

14. Maten som pedagogiskt verktyg

Måltiden ska så långt möjligt vara en självklar del av den pedagogiska verksamheten. Vuxennärvaro (pedagogisk personal) i grundskolornas skolrestauranger och vid förskolor, ska finnas under aktuell serveringstid.

Pedagogisk personal äter tillsammans med barn och ungdomar för att skapa förutsättning för en lärande och lustfylld måltid. Att äta en bra komponerad måltid och regelbundet över dagen, har avgörande betydelse för att hela kroppen fungerar och kan prestera det som förväntas.

Inom vård- och omsorg ska bedömning och behovsanpassning vid måltidssituationen göras i förhållande till övriga redan pågående insatser (matning etcetera).

15. Upphandling och inköp av livsmedel

Avdelning Måltid ska följa av regionfullmäktige antagna direktiv (RS 2015/207) för inköp och upphandling av livsmedel, samt anvisningar med baskrav för livsmedel och varugrupper enligt Upphandlingsmyndighetens hållbarhetskriterier. Målet är att i anbudet inför varje upphandling bland annat öka andelen ekologiska livsmedel.

16. I händelse av störning – beredskap och livsmedels-/måltidsförsörjning

Samtliga förvaltningar ska samarbeta för att täcka upp beredskapsarbetet i hela måltidsprocessen i händelse av kris.

Det ska finnas rutiner för att kunna hantera allt från små störningar till stora kriser så att tillgången till livsmedel och måltider säkerställs. I händelse av uteblivna livsmedelsleveranser ska utföraren kunna servera överenskomna måltider till vård och omsorg i minst sju dagar. För förskola och skola gäller minst fem dagar.

17. Kvalitetsuppföljning

Ansvar:

Samtliga förvaltningar - HSF, SOF, UAF och RSF/Avdelning Måltid samt extern utförare

- Mål i den politiskt antagna måltidspolicyn för hållbara måltider och mat, ska följas upp och ingå i befintlig plan för systematiskt kvalitetsarbete över året. Samtliga förvaltningar ansvarar för att uppnådda resultat redovisas i respektive verksamhetsberättelse.
- Dokumentation från matrådsmöten ska vara underlag i årlig kvalitetsuppföljning.
- Måltidsmodellen (framtagen av Livsmedelsverket) ska användas som stöd i uppföljning av måltider och helhetsupplevelsen.
- På varje förskola, grundskola, anpassad skola, gymnasieskola samt inom vård- och omsorg ska finnas kompetens samt en handlingsplan där det framgår vem som är ansvarig och som beskriver insatser vid en akut allergisk reaktion. Incidentrapportering ska lyftas i dialog med utförare.
- Vid entreprenaddrift ska det tydligt framgå i beslut och avtal om var och hur beredning, tillagning och produktion av måltider sker.
- En avstämning/uppdatering ska årligen ske mellan utförare och beställare om aktuella förutsättningar och samarbete gällande beredskapsförmåga för mat och måltider.

18. Direktiv och baskrav för upphandling - inköp av livsmedel

All upphandling av måltider och livsmedel inom Region Gotland ska följa av regionfullmäktige antagna direktiv RS 2015/207.

Utgångspunkt för livsmedelsupphandling i Region Gotland är gällande EU-direktiv och Lag (2007:1091) om upphandling, regionens upphandlingspolicy, regionens måltidspolicy samt inom området övriga giltiga lagar, nationella riktlinjer och rekommendationer. Såväl regionens upphandlingspolicy som måltidspolicy reglerar att livsmedel/varor ska väljas som främjar en hållbar utveckling samt att upphandlingar ska göras för att underlätta för lokala respektive små och mellanstora företag att lämna anbud. Upphandlingspolicy och måltidspolicy är politiskt beslutade i regionfullmäktige.

I policyn Den goda måltiden finns vidare målsättning om att:

- ett medvetet arbete i planering av menyer samt livsmedelsupphandling sker i överensstämmande med den regionala mat- och livsmedelsstrategin för Gotland.
- öka användning av i första hand gotländska, i andra hand svenskproducerade livsmedel i regionens måltider och mat.
- öka användningen av ekologiska livsmedel. Andelen av de totala livsmedelsinköpen (kr) var 2021, 28 %.
- urvalet av livsmedel säsonganpassas och bidrar till naturlig variation över året och även med anpassning till årets högtider

Utförare/leverantör ska göra inköp av livsmedel enligt Upphandlingsmyndighetens hållbarhetskriterier för upphandling av måltidstjänster och hållbara livsmedel.

Vid upphandling av livsmedel bör tydliga krav definieras som klargör kvalitetsnivån kring aktuell produkt. Region Gotland avser vid upphandling att alltid tillämpa de vid varje tillfälle senast uppdaterade versionerna av kriterierna. Detta innebär att regionen avser att beakta tillämpningen av innehåll och nivå, vid varje enskild del.

Användning och servering av gotländska, ekologiska och svenskproducerade livsmedel, dess ursprung och omfattning kommuniceras med fördel till regionens gäster.

Baskrav ska utgöra lägsta nivå utifrån de senast uppdaterade kraven på Upphandlingsmyndigheten <https://www.upphandlingsmyndigheten.se>

Upphandlingsmyndighetens basnivå och baskrav, består av krav som är fokuserade på att minska huvuddelen av den miljö/hållbarhetspåverkan som är kopplad till det specifika produktområdet.

Baskraven är mer ambitiösa än gällande lagstiftning. Det finns god tillgång av varor och tjänster som uppfyller dessa krav. Kraven är enkla att använda och verifiera.

Baskraven ska gälla vid inköp av animaliska livsmedel relaterat - Information om ursprung – Salmonellafrihet - Antibiotika - Transport av djur till slakt – samt Slaktmetod.

Baskraven ska gälla och omfatta inköp från samtliga varugrupper av livsmedel som används i Region Gotland.

19. Livsmedelsförpackningar och förpackningsavfall

De produkter som regionens verksamheter använder för förvaring, servering och leverans av färdiglagad mat, ska uppfylla bestämmelserna i direktiv 1994/62/EG om förpackningar och förpackningsavfall med ändringar, samt svenska livsmedelsverkets föreskrifter om material i kontakt med livsmedel i LIVSFS 2003:2 med senaste ändring.

Referenskällor till riktlinjerna:

Måltidspolicyn för hållbara måltider och mat – Den goda måltiden
Livsmedelsverket.se
Nordiska näringsrekommendationer, NNR
Upphandlingsmyndigheten, UHM

20. Förklaring av begrepp samt referenskällor:

Begrepp:	Förklaring:
<p>SNR, Svenska närlingsrekommendationer</p> <p>NNR, Nordiska närlingsrekommendationer</p> <p>Mer info www.livsmedelsverket.se</p>	<p>Svenska Närlingsrekommendationer (SNR) är rekommendationer om närlingsintag - vitaminer, mineraler och fördelning av energigivande närlingsämnen, samt fysisk aktivitet för friska individer och som ges ut av Livsmedelsverket. Syftet med kostråden är att tillfredsställa grundläggande närlingsbehov och förebygga kostrelaterade sjukdomar.</p> <p>2013 lanserades Nordiska närlingsrekommendationer (NNR 2012). NNR 2012 är sedan antagna som de officiella rekommendationer som används i Sverige. I de Nordiska närlingsrekommendationerna (NNR 2012) beskrivs de matvanor som är bra för hälsan på både kort och lång sikt. Dessutom finns rekommendationer om hur mycket vi behöver röra på oss för att må bra, och hur mycket energi och närlingsämnen vi behöver.</p> <p><i>De nordiska närlingsrekommendationerna uppdateras ca vart åttonde år. Arbetet med en ny upplaga startade 2019 och beräknas vara klart i juni 2023.</i></p>
<p>EU:s livsmedelslag (EG) nr 178/2002 med förordning om livsmedelshygiene (EG) nr 852/2004.</p> <p>Kontrollhandbok för storhushåll del 1,2,3.</p> <p>Mer info www.livsmedelsverket.se</p>	<p>EU:s förordning nr 178/2002, ibland kallad EU:s livsmedelslag, har som syfte att säkerställa en hög skyddsnivå för människors hälsa och för konsumenters intressen när det gäller livsmedel, med särskild hänsyn tagen till mångfalden i utbudet av livsmedel. Förordningen ska tillämpas på alla stadier i produktions-, bearbetnings- och distributionskedjan av livsmedel och foder. Ska även se till att livsmedel inte får säljas ("släppas ut på marknaden") om de inte är säkra, det vill säga om de är skadliga för hälsan eller på annat sätt inte duger som livsmedel ("är otjänliga").</p> <p>I förordningen (EG) nr 852/2004 fastställs särskilda hygienregler för livsmedel.</p> <p>Kontrollhandboken för storhushåll - uppdelad i tre delar, ger stöd och vägledning vid kontroll av olika anläggningar. <i>Finns på Livsmedelsverkets webbplats under rubriker som Kontrollhandböcker och Vägledning.</i></p>
<p>Livsmedelsverkets nationella riktlinjer</p> <p>Mer info www.livsmedelsverket.se</p>	<p>Omfattar i detta sammanhang följande riktlinjer:</p> <ul style="list-style-type: none">- Måltider på sjukhus- Måltider i äldreomsorgen – ordinära, särskilda boenden – hemtjänst och äldreboenden- Måltider i skolan - förskoleklass, grundskola, gymnasieskola och fritidshem- Måltider i förskolan
<p>Tallriksmodellen</p> <p>Mer info www.livsmedelsverket.se</p>	<p>Åskådliggör hur man komponerar en bra måltid - lunch eller middag. Modellen visar proportionerna mellan olika ingredienser i måltiden. Oavsett om man äter mycket eller litet är proportionerna desamma. Modellen säger ingenting om hur mycket man ska äta - det avgör hunger och energibehovet.</p>

<p>Nyckelhålsmärkt - Nyckelhålet</p> <p>Mer info www.livsmedelsverket.se</p> <p><i>Regler för vilken mat som får märkas med Nyckelhålet bygger på den senaste samlade forskningen om vad vi behöver äta för att må bra.</i></p>	<p>Symbolen "Nyckelhålet" har tagits fram för att vägleda oss som konsumenter att hitta de hälsosamma alternativen, både när vi handlar mat och äter på restauranger inom såväl offentlig som privat måltidssektor.</p> <p>Nyckelhålet står för:</p> <ul style="list-style-type: none">• mindre socker• mindre salt• mer kostfiber och fullkorn• nyttigare fett
<p>Halal och Kosher, slakt och beredning</p> <p>Mer info www.jordbruksverket.se www.livsmedelsverket.se</p>	<p>Religiös slakt, till exempel halal och kosher, kan innebära att djur slaktas utan att först bedövas. Obedövad slakt är förenat med smärta hos djuren och i Sverige är det därför av djurskyddsskäl inte tillåtet att avliva djur utan att de först är bedövade.</p> <p>Den halalslakt som bedrivs i Sverige (av både fjäderfä, lamm och nötkreatur) föregås alltid av bedövning. Svensk kosher-slakt förekommer inte.</p>
<p>Specialkost</p>	<p>Mat som är anpassad efter ett visst sjukdomstillstånd och som avser medicinskt motiverade avvikelser från standardkosten/måltiden. Vid till exempel allergi eller överkänslighet mot vissa livsmedel.</p>
<p>Allergi och överkänslighet</p> <p>Mer info www.livsmedelsverket.se</p>	<p>All mat innehåller proteiner som kan ge allergier. Den mat som oftast ger allergiska reaktioner är mjölk, ägg, fisk, skaldjur, baljväxter som jordnötter och soja, olika nötter, fröer och vete. Vanligast är symtom från mag-tarmkanalen (illamående, magont, diarré), huden (eksem eller nässelutslag) och/eller luftvägarna (astma). Andra symtom är klåda i munnen, svullnad i läppar och svalg, rinnande ögon och snuva.</p> <p>En viss andel av allergiker riskerar att drabbas av en så kallad anafylaktisk eller allergisk chock.</p> <p><i>Överkänslighet av andra skäl:</i> Person som inte har livsmedelsallergi – dvs inte har utvecklat antikroppar mot något särskilt ämne men trots detta får besvärliga sjukdomssymtom vid intag av viss mat. Det kan till exempel vara celiaki, laktosintolerans eller någon annan överkänslighetsreaktion.</p> <p><i>Allergener</i>, kallas ämnen som är vanliga orsaker till allergi eller annan överkänslighet.</p>
<p>Celiaki (glutenintolerans)</p> <p>Mer info www.livsmedelsverket.se</p>	<p>Celiaki, som även benämns glutenintolerans, innebär att man inte tål proteinet gluten som finns i vete, råg och korn. Gluten skadar tarmluddet i tarmens slemhinna hos den som har glutenintolerans. Tarmluddet har betydelse för att man ska kunna tillgodogöra sig näringen i maten på ett bra sätt. Tarmen blir till slut helt slät.</p> <p>Glutenintolerans växer inte bort, utan kräver livslång diet utan gluten.</p> <p><i>Allergi mot spannmål – ska inte blandas ihop med celiaki.</i> Den vanligaste spannmålsallergin är allergi mot vete. Då har man speciella allergiantikroppar mot vete i blodet. Vanliga symtom är eksem, ont i magen, kräkningar, astma och allergisk snuva.</p>

<p>Laktosintolerans</p> <p>Mer info www.livsmedelsverket.se</p> <p>Mjölkalergi</p> <p>Mer info www.livsmedelsverket.se</p>	<p>Laktosintolerans beror på brist på enzymet laktas, som behövs för att bryta ned laktos (mjölksocker) i tunntarmen. De flesta med laktosintolerans tål en viss mängd laktos. Hur mycket laktos man tål varierar, men de flesta kan dricka åtminstone en deciliter mjölk utan symtom. Laktos finns i all mjölk, inte bara i komjölk utan också i get- och fårmjölk. Hög halt av laktos finns i mesost, messmör, mjölkchoklad och viss nougat.</p> <p><i>Laktosintolerans ska <u>inte</u> förväxlas med Mjölkalergi:</i> Mjölkalergi beror på en reaktion mot proteiner i mjölken. Allergin är vanlig hos små barn men växer ofta bort. Vid mjölkalergi måste alla former av mjölk- och mjölkprodukter helt uteslutas ur kosten. Detta gäller komjölk liksom får- och getmjölk och produkter av dessa.</p>
<p>Konsistensanpassning</p> <p>Mer info via: www.specialfoods.se/inspiration/konsistensguiden/ *</p> <p>Sidan 35 i Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyrer-foldrar/broschyr_maltider_aldreomsorg.pdf</p>	<p>Vid ät- och sväljsvårigheter är det viktigt att konsistensen är anpassad till individens förmåga. Förändrad konsistens kan vara motiverad vid ett eller flera av följande symptom:</p> <ul style="list-style-type: none">> Äter under längre tid än normalt> Mat och dryck rinner ur munnen> Mat samlas i kinderna> Bitar av mat plockas eller spottas ut ur munnen> Mat hålls länge innan sväljning> Viss mat kan ej tuggas> Skadad eller känslig munhåla> Hosta eller harklingar> Rosslig eller gurglig röst> Klumpkänsla i halsen> Åtandet tröttrar> Motoriska problem <p><i>*/Konsistensguide framtagen i samarbete - Findus Special Foods, Livsmedelsverket, Vinnovaprojekt, Geriatriska Dietister, Logoped.</i></p>
<p>Närproducerade/ lokalproducerade livsmedel</p>	<p>Det finns ingen officiell definition av hur nära en livsmedelsprodukt ska produceras för att kallas när- eller lokalproducerad. Olika geografiska och klimatomständigheter gör det ofta svårt att definiera en exakt distans för när- eller lokalproducerade varor.</p> <p>Om något av begreppen är relevant för en upphandlande myndighet eller enhet i samband med upphandling av livsmedel eller måltidstjänster, är det därför upp till den att själv definiera innebörden av begreppet ex för att kunna följa upp mål om andel när-/lokalproducerat. www.upphandlingsmyndigheten.se</p>
<p>Ekologiska livsmedel</p> <p>Mer info www.livsmedelsverket.se</p>	<p>I den ekologiska odlingen används inte konstgödsel och kemiska bekämpningsmedel. Fodret till djuren är ekologiskt och i huvudsak producerat på den egna gården. Viktigt även att djuren får vistas utomhus och därmed får utlopp för sina naturliga beteenden.</p>
<p>Nationell mätmetod för matsvinnmätning</p> <p>Mer info www.livsmedelsverket.se</p>	<p>En av Livsmedelsverket framtagen metod för att mäta matsvinn i offentliga kök. Syfte - att göra det enklare för kök i kommuner och regioner att mäta matsvinn och underlätta för</p>

	jämförelser mellan verksamheter. Metodbeskrivning, mätutrustning, protokoll etc, se www.livsmedelsverket.se
Informationsförordningen, <i>(EU nr 1169/2011) en förenig av två tidigare EU-direktiv; direktiven om märkning och näringsvärdesdeklaration.</i> Mer info www.livsmedelsverket.se	Gäller från 13 december 2014. Innebär att samtliga privata och offentliga måltids-/restaurangverksamheter måste kunna ge information om 14 olika allergener (allergiframkallande ämnen) i all mat som erbjuds och serveras, antingen genom att informera om dem på menyn eller genom att ha informationen tillgänglig när den efterfrågas.
LOU, Lagen om offentlig upphandling Mer info www.konkurrensverket.se www.upphandlingsmyndigheten.se	Offentlig upphandling innebär att en upphandlande myndighet köper, hyr eller på annat sätt anskaffar varor, tjänster eller byggtreprenader. För att på bästa sätt ta tillvara konkurrensen på marknaden och hushålla med skattemedlen måste offentliga myndigheter följa vissa bestämmelser när de genomför en upphandling. Det framgår av upphandlingsreglerna. Upphandlingsreglerna bygger på EU-direktiv Reglerna för offentlig upphandling bygger på EU-direktiv och är till stor del likadana inom hela EU. Grundprinciperna bygger på objektivitet och öppenhet. De upphandlande myndigheterna ska vara sakliga och välja leverantör utifrån det som köps. Det får inte förekomma lojalitet mot det egna landets leverantörer eller tidigare leverantörer. Valet av leverantör ska ske på affärsmässig grund och baseras på vilken leverantör som erbjuder den bästa varan eller tjänsten till de bästa villkoren. Alla leverantörer, oavsett nationellt ursprung, ska få möjlighet att konkurrera på samma villkor i varje upphandling.
Utförare	Innebär den som i regionen har driftansvar för produktion och distribution av mat och måltider – Avdelning Måltid i regionens egen regi, eller ett privat företag/extern entreprenör på uppdrag av regionen.