



# **Riktlinje angående produkter som innehåller tillsatt socker**

**Sektor utbildning**

**Verksamhetsområde förskola, grundskola och  
kost**

# Innehållsförteckning

1. Inledning.....	2
1.1. Syfte.....	2
1.2. Ansvar.....	2
1.3. Avgränsningar.....	2
2. Livsmedel som främjar hälsa.....	3
2.1. Bakgrund.....	3
2.2. Kostverksamhetens ansvar.....	3
2.3. Verksamheternas ansvar.....	3
2.4. Vårdnadshavare.....	3
3. Referenser.....	3



# MARIESTAD

## 1. Inledning

Riktlinjen reglerar hanteringen kring produkter innehållande tillsatt socker som serveras i kommunala förskolor, förskoleklasser, grundskolor, fritidshem och grundsärskola i Mariestads kommun.

### 1.1. Syfte

Syftet med riktlinjen är att samtliga barn/elever serveras mat som främjar hälsan.

### 1.2. Ansvar

Chef för kostverksamheten i Mariestads kommun ansvarar för att riktlinjen revideras årligen.

### 1.3. Avgränsningar

Riktlinjen är gällande för samtliga kommunala förskolor/förskoleklasser/grundskolor/fritidshem/grundsärskola inom Mariestads kommun.

Riktlinjen är vägledande för pedagogisk omsorg, såsom dagbarnvårdare och öppen förskola i Mariestads kommun.

## 2. Livsmedel som främjar hälsa

### 2.1. Bakgrund

Matvanor har stor betydelse för hälsan, såväl för barn som för vuxna. Måltidernas utformning och innehåll har betydelse inte bara för hälsa och bra matvanor, utan är en förutsättning för trivsel och lärande.

Kariesförekomst och övervikt har under senare år ökat bland barn. Livsmedelsverkets rekommendation till förskolor/skolor/fritidshem är att inte servera söta drycker, kakor, glass och godis etc. då socker i olika former ökar risken för karies, övervikt och fetma.

I mat som uppfyller näringsrekommendationerna finns plats för endast en liten mängd av sådana livsmedel som inte är nödvändiga ur näringssynpunkt och som är rika på socker.

### 2.2. Kostverksamhetens ansvar

Utifrån den samlade informationen från Livsmedelsverket ska kostverksamheten endast erbjuda söta produkter då det är inräknat och balanserat med kostverksamhetens matsedel. Dessa beräkningar inkluderar jul, påsk, midsommar och måltidens dag. Resonemanget om socker och söta livsmedel hindrar inte att det i en välplanerad matsedel serveras sylt och ketchup som tillbehör.

### 2.3. Verksamheternas ansvar

Verksamheterna ansvarar för att det vid firande av födelsedagar, avslutningar, utflykter, bakning i pedagogiskt syfte med mera används näringsriktiga alternativ istället för produkter som innehåller tillsatt socker. Kostverksamheten på respektive enhet är behjälpliga att ta fram bra råvaror och recept.

Skolans cafeteria ska i första hand erbjuda bra mellanmål med ett sortiment som gör det enkelt att välja hälsosamt.

### 2.4. Vårdnadshavare

Vårdnadshavare som uttryckligen inte vill att deras barn erbjuds tillsatt socker i någon form ska respekteras i sin önskan och barnet ska erbjudas alternativ.

## 3. Referenser

- Skollagen (2010:800)
- Bra mat i förskolan (Livsmedelsverket, 2010)
- Bra mat i skolan (Livsmedelsverket, 2013)
- Skolmåltiden – en viktig del av en bra skola (Livsmedelsverket och Skolverket, 2013)
- Riktlinjer för kostverksamhet i Mariestads kommun