



**MARIESTAD**

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

**Utbildningsförvaltningen  
Verksamhetsområde förskola,  
grundskola och kost**

**Antaget av  
Mariestad  
2016-04-12**

Reviderat 2021-05-31



<b>Typ av styrdokument:</b>	Riktlinje
<b>Beslutsinstans:</b>	Utbildningsnämnden
<b>Datum för antagande:</b>	2016-04-12
<b>Diarienummer:</b>	Un 2023/132, granskad 2023-06-13
<b>Dokumentet gäller för:</b>	Förskola, grundskola och kostverksamheten
<b>Giltighetstid:</b>	Tills vidare
<b>Tidpunkt för aktualisering:</b>	2024-09-20
<b>Dokumentansvarig:</b>	Chef kostverksamheten

## Innehållsförteckning

1. Inledning.....	4
1.1. Syfte.....	4
1.2. Ansvar.....	4
1.3. Avgränsningar.....	4
2. Livsmedel som främjar hälsa .....	5
2.1. Bakgrund .....	5
2.2. Kostverksamhetens ansvar.....	5
2.3. Verksamheternas ansvar .....	5
2.4. Vårdnadshavare.....	6
3. Referenser.....	6

## 1. Inledning

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

### 1.1. Syfte

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

### 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/anpassad grundskola inom Mariestads kommun.  
Riktlinjen är vägledande för pedagogisk omsorg

## 2. Livsmedel som främjar hälsa

### 2.1. Bakgrund

Matvanor har stor betydelse för hälsa, såväl för barn och unga som för vuxna. Måltidernas utformning och innehåll har betydelse inte bara för hälsa och främjandet av goda matvanor utan bidrar också till ökad trivsel, social samvaro, goda relationer och lärande.

Livsmedelsverkets rekommendationer till förskola, skola och fritidshem är att det inte bör serveras livsmedel som bidrar till mycket energi och tomma kalorier, som saft, läsk, godis och kakor. Det kan vara svårt att få i sig tillräckligt med näring, vitaminer och mineraler som kroppen behöver för de som dricker och äter mycket sött. Dessutom ökar risk för karies, övervikt och fetma av socker och småätande.

Ur hållbarhetsaspekt så har produktionen av socker, sötsaker påverkan på miljön men bidrar med lite eller ingen näring alls.

I en välplanerad meny 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 näringsberäknade menyer. Resonemanget om socker och söta livsmedel hindrar inte att det i en välplanerad meny 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 i stället för produkter som innehåller tillsatt socker. Skolverksamheterna har möjlighet att vid två tillfällen per läsår göra avsteg från riktlinjen. Grundskola och fritidshem räknas som en verksamhet. Barn och eleverna erbjuds produkter med tillsatt socker som mest två gånger per år.

Kostverksamheten på respektive enhet är behjälpliga att ta fram bra råvaror och recept. Skolans cafeteria ska 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.

Verksamheterna rekommenderar vårdnadshavare att inte erbjuda barn /elever produkter med tillsatt socker utifrån ett hälsoperspektiv. Föräldraföreningar och dylikt, för dialog direkt med ansvarig rektor.

## 3. Referenser

- Skollagen (2010:800)
- Nationella riktlinjer för måltider i skolan (Livsmedelsverket 2021-03-05)
- Nationella riktlinjer för måltider i förskolan (Livsmedelsverket 2021-03-05)
- Skolmåltiden – en viktig del av en bra skola (Livsmedelsverket och Skolverket, 2015)
- Riktlinjer för kostverksamhet i Mariestads kommun 2022