

# Måltider i förskolan



*Måltiderna är ett viktigt inslag i förskolans verksamhet och ett tillfälle för både omsorg och undervisning. Förskolan ska tillhandahålla näringsriktiga och goda måltider så att barnen får den energi och näring de behöver. Måltidssituationen ska skapa trygghet, ge omsorg och bygga relationer för utveckling och lärande.*

Förskolans måltider är pedagogiska, vilket innebär att personal är goda förebilder och på så sätt ger barnen en grund för bra matvanor. Enligt Livsmedelsverket är det viktigt att frukost, lunch och mellanmål serveras på regelbundna tider och att det inte är för lång tid mellan måltiderna.<sup>35</sup>



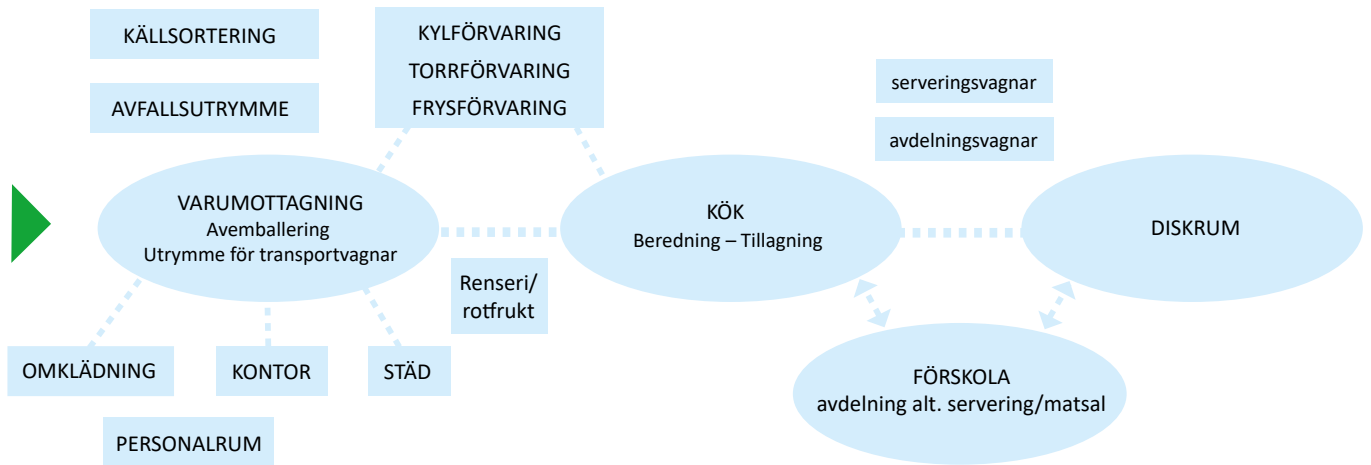
## Matplatsen

Var måltider intas kan lösas på olika sätt. Antingen är måltiderna avdelningsgemensamma då gruppen äter i avdelningens lokaler, eller så sker måltiderna i ett gemensamt rum tillsammans med en annan avdelning.

När måltiderna intas på gemensam matplats bör rummet möbleras så att det skapas en lugn och trivsamt miljö eftersom måltiderna i förskolan har stor betydelse för barnens hälsa och välbefinnande.<sup>36</sup> För att måltidssituationen ska kunna vara ett tillfälle för undervisning i exempelvis språklig kommunikation och samspel bör det vara lämpligt många barn vid varje bord för att dämpa ljudnivån och att barnen kan inta sin måltid utan tidspress.<sup>37</sup> Här kan också ges möjlighet att genom måltidspedagogik utveckla barnens smak och lukt och matglädje.<sup>38</sup> Samverkan mellan förskola och kök kan möjliggöra att barn kan vara delaktiga i och få en förståelse och nyfikenhet för hur mat produceras och blir till. Möjligheten för förskolans barn att delta i exempelvis bakning tillgodoses i det flexibla rummet som delas av två avdelningar där köksinredning placeras.

Maten transporteras i kantiner, med en matvagn per avdelning, från förskolans kök till matplatsen. Om två avdelningar väljer att äta i det flexibla rummet används två matvagnar; en för gods och en för mat. Uppställningsyta för avdelningarnas matvagnar finns i anslutning till köket. Porslin finns både i kök och på avdelningen/matplatsen så att personal inte behöver lämna barngrupp om något porslin saknas vid måltid.

## Flödesschema mathantering



Maten kan serveras i karotter som ställs ut på borden eller i kantiner vid en serveringsbänk där barnen tar mat själva. Före och efter måltiden tvättar barnen händerna i skötrummet.

### Begreppen tillagning och mottagning

Inom förskolan finns det olika varianter på kök och mathållning.

#### Tillagning:

I tillagningsköket sker all tillagning på plats. Köket har en hantering från råvara till färdig produkt.

#### Mottagning varm eller kyld:

Mottagning av komplett varm måltid. Här tillagas i vissa fall sallad och kalla tillbehör. Alltid mellanmål och frukost.

Mottagning, del av måltid varm eller kyld. Här sker tillagning av tillbehör som potatis, pasta, ris, sallad och kalla tillbehör. Även frukost och mellanmål tillagas. Vid kyld leverans sker den sista delen av huvudkomponentens tillagning i mottagningsköket.

### Utformning av kök på förskolor

#### Teknisk utförande

Myndighetskrav och gängse branschkrav ska alltid tillämpas.

För de fastigheter som byggs för Umeå kommun, ska kommunens Tekniska anvisningar för fastighetsområdet användas. Här ingår funktionsprogram för Måltidsservice.

Kökets dimensionering och val av utrustning påverkas av en rad faktorer, till grund ligger dock främst antalet portioner som ska tillagas. Verksamhetens inriktning och art i förhållande till volym skapar krav på för att möjliggöra rätt hantering utan att äventyra arbetsmiljö eller hygien. Material och ytor ska hela tiden skapa en miljö som är tät, slät och lätt att hålla ren.

#### Exempel på faktorer som påverkar utformningen är;

- Möjligheter för samverkan mellan kök och förskola.
- Skydd mot skadedjursangrepp.
- Flödet av smutsig och ren hantering ska hållas isär.
- Ventilation har att speciellt ta hänsyn till att det mekaniska luftflödet från ett förorenat område till ett rent område ska förhindras. Den ska effektivt förhindra kondensfällning.
- Plats för administrativa funktioner ska finnas: skrivplats eller kontor.
- Personalrum kan delas med övrig verksamhet.
- Avfallsutrymme ska ligga i nära anslutning till kök.
- Buller i miljöer med hårda ytskikt.