



JOKKMOKKS KOMMUN

JÁHKMÁHKE KOMMUVNNA
JÁHKMÁHKI SUOHKAN

Information om skolmaten i Jokkmokks kommun

Då och då kommer frågor kring skolmaten som till exempel varför vi serverar vissa maträtter. Här är en information omkring vanliga frågor som föräldrar och elever har.

Matpolen producerar mellan 950–1 000 portioner/dag, där skola och förskola är en del av våra kunder. Skollunchen för grundskolan (ej gymnasium) är lagstadgad i skollagen, där står att skolan är skyldig att erbjuda en skollunch som ska vara näringsriktig.

Matpolen följer Livsmedelsverkets råd om bra mat i skolan och där anges att lunchen ska ge 25–35 procent av det dagliga energi- och näringsbehovet för era barn. Rekommendationen avser hela lunchen, inklusive bröd, bordsmargarin, lättmjölk och salladsbuffé.

Till varje lunch erbjuder vi två maträtter varav minst en är vegetarisk, salladsbuffé, bröd, bordsmargarin, lättmjölk och vatten.

Matpolens mål är att skapa hälsosamma matvanor som inkluderar mycket grönsaker, frukt och baljväxter, fullkornsprodukter, magra mejeriprodukter, fisk, skaldjur och växtbaserade oljor med mycket omättade fetter.

Rött kött, och framför allt chark, har visat sig vara kopplat till ökad risk för vissa cancerformer. Charkprodukter innehåller dessutom ofta mycket salt och mättat fett. Att hålla nere mängden rött kött och chark är därför bra för både hälsan och miljön. Livsmedelsverket rekommendationerna är att begränsa mängden tillagat rött kött och chark till högst 500 gram per vecka.

Vad är då rött kött? Med rött kött menas kött från nöt, gris, lamm, ren och vilt. Med charkprodukter menas kött (även fågel) som har röckts, behandlats med nitrit eller konserverats på annat sätt. Exempel är korv, bacon, kassler, rökt skinka, salami, leverpastej och blodpudding.

Vi har kostråd med elever två gånger per år, där vi lyssnar av vad de tycker om maten och därefter försöker vi till viss mån att ändra matsedeln efter deras önskemål. Men eftersom skolmaten ska vara näringsriktig och hälsosam är det inte alla önskemål som vi kan uppfylla.

För att vi ska kunna servera mat som är bra tillagad och säker att äta så krävs det att personalen som jobbar har kunskap om mat, näring och livsmedelshygien. Personalen som jobbar i Matpolen har utbildning i olika nivåer och har flera års erfarenhet, de har därmed en stor kunskap kring mat och näring.

Eftersom vi är en kommunal verksamhet måste vi upphandla de varor som vi använder i vår verksamhet. Vi kan inte handla hos affärer som vi inte har avtal med. Vid upphandlingar strävar vi efter att få svenskt kött, mejerivaror från Norrbotten samt andra svenska produkter. I dagsläget kommer renskav, älgskav samt älgkött i köttsoipan från en lokal leverantör.

Marianne Yngvesson

Kost- och städchef, Jokkmokks kommun