

## Riktlinjer tillhörande Region Örebro läns kostpolicy

**Författat av: Marie Nybäck, Staben hållbar utveckling**

**Beslutat av: Servicenämnden**

### Innehållsförteckning

<b>1</b>	<b>Inledning och syfte</b> .....	<b>2</b>
<b>2</b>	<b>Omfattning och tillämpningsområden</b> .....	<b>3</b>
<b>3</b>	<b>Ansvar</b> .....	<b>3</b>
<b>4</b>	<b>Giltighetstid</b> .....	<b>3</b>
<b>5</b>	<b>Riktlinjer tillhörande Region Örebro läns kostpolicy</b> .....	<b>3</b>
5.1	Patientmåltider .....	4
5.2	Region Örebro läns lunchrestauranger .....	5
5.3	Fikaförmån.....	6
5.4	Beställning av mat och fika .....	6
5.5	Externa konferensmåltider .....	6
5.6	Upphandling och inköp .....	7
5.7	Externa leverantörer av caféer, kiosker och livsmedelsautomater.....	8
5.8	Kävesta och Fellingsbro folkhögskolor .....	8
<b>6</b>	<b>Referenser</b> .....	<b>9</b>
<b>7</b>	<b>Nyckelord</b> .....	<b>10</b>

## 1 Inledning och syfte

### Inledning – mat och måltider som gör skillnad

Mat tillhör livets glädjeämnen och berör oss alla. Vad vi äter påverkar vårt välbefinnande och vår hälsa men också miljön, klimatet och den ekonomiska utvecklingen. Livsmedel, mat och måltider påverkar således alla tre aspekter av hållbarhet. Genom medvetna val i upphandling, inköp, tillagning, menyer och beställningar kan vi styra mot en utveckling mot mat och måltider som främjar hälsa och en lägre miljö- och klimatpåverkan.

### Bakgrund – Region Örebro läns kostpolicy

Region Örebro län har mot bakgrund av ovan tagit fram en kostpolicy som omfattar alla tre aspekter av hållbarhet, den sociala, ekologiska och ekonomiska.

Kostpolicyn utgår från Region Örebro läns vision ”Tillsammans skapar vi ett bättre liv”, Program för hållbar utveckling 2017-2021, Örebro läns livsmedelsstrategi samt den regionala utvecklingsstrategin.

#### Region Örebro läns kostpolicy

Kostpolicyn utgörs av tre principer för vårt handlande avseende livsmedel, mat och måltider i Region Örebro län.

Ansvarsfull aktör med höga ambitioner

- I vår verksamhet är mat och måltider av central betydelse för hållbar utveckling.
- Tillsammans driver vi utvecklingen framåt och i våra olika roller har vi kunskaper om matens koppling till hållbar utveckling.
- Vi tar hänsyn till människors arbetsförhållanden i våra inköp och beställningar.

Maten är viktig för god livskvalitet och goda resultat inom vård och omsorg

- Vi erbjuder hälsosam mat av hög kvalitet.
- Vi stärker betydelsen av mat och måltider i vård och behandling.

Respekt för maten som resurs

- Vi strävar efter att stärka länets livsmedelsproduktion genom hållbar upphandling.
- Vi strävar efter att minimera vår påverkan på miljön och klimatet i våra val av livsmedel, mat och måltider.
- Vi verkar för att minska matsvinnet i alla led genom medvetna val vid planering, inköp och beställningar.

## Syfte

Syftet med riktlinjerna är att konkretisera intentionerna i kostpolicyn för Region Örebro län. Riktlinjerna ska ge stöd för hur arbetet ska bedrivas för att styra mot ökad hållbarhet. Riktlinjerna ska därmed bidra till att Region Örebro län som vårdgivare och arbetsgivare underlättar och skapar förutsättningar för hälsosamma och miljösamma matval.

## 2 Omfattning och tillämpningsområden

### Omfattning

Riktlinjerna avser att ge stöd och vägledning i arbetet för;

- att främja hälsa hos patienter, personal och elever samt
- ge stöd för en minskad klimat- och miljöpåverkan samt
- främja en god ekonomisk hushållning.

Alla som på något sätt hanterar livsmedel i Region Örebro län omfattas av riktlinjerna.

Region Örebro läns riktlinjer tillhörande kostpolicyn är uppdelade i dels övergripande riktlinjer generella för alla verksamheter dels riktlinjer för specifika tillämpningsområden och verksamheter.

### 3 Ansvar

Verksamheter som omfattas av nedanstående tillämpningsområden ansvarar för att riktlinjerna implementeras och följs.

Tillämpningsområden och ansvariga förvaltningar

- |                               |  |
|-------------------------------|--|
| • Patientmåltider             | Hälso- och sjukvårdsförvaltningen, Regionservice |
| • Lunchrestauranger           | Regionservice                                    |
| • Fikaförmån                  | Alla förvaltningar                               |
| • Beställning av mat och fika | Alla förvaltningar                               |
| • Externa konferensmåltider   | Alla förvaltningar                               |
| • Upphandling                 | Regionservice                                    |
| • Inköp                       | Alla förvaltningar                               |
| • Avtal, externa leverantörer | Hälso- och sjukvårdsförvaltningen                |
| • Folkhögskolorna             | Regional utveckling                              |

### 4 Giltighetstid

Riktlinjerna gäller från och med giltighetsdatum ovan och till dess att behov av förändring uppstår.

### 5 Riktlinjer tillhörande Region Örebro läns kostpolicy

Region Örebro läns kostriktlinjer baseras på en modell för en utveckling mot mer hållbar mat, kallad åt S.M.A.R.T.-modellen. Åt S.M.A.R.T bygger på de svenska näringsrekommendationerna i kombination med de svenska miljömålen. Metoden är framtagen av Centrum för tillämpad näringslära vid Stockholms universitet med stöd från Konsumentverket och Livsmedelsverket.

Ät S.M.A.R.T. står för:

- Större andel vegetabilier
- Mindre tomma kalorier
- Andelen ekologiskt ökas
- Rätt kött, rätt grönsaker
- Transportsnålt

Hälsovinster med S.M.A.R.T-modellen är minskad risk för övervikt, hjärt-kärlsjukdomar, diabetes och vissa former av cancer. Miljövinster är minskad klimatpåverkan, minskad spridning av gifter i naturen, minskad övergödning och bevarande av värdefulla odlingslandskap. Ekonomiska vinster med modellen är ansvarsfull och effektiv användning av offentliga medel för ökad samhällsnytta och gynnande av ekosystemtjänster.

## Riktlinjer för specifika tillämpningsområden och verksamheter.

### 5.1 Patientmåltider

Målbild för patientmåltider inom Region Örebro län.

Mat och måltider är en del av den medicinska behandlingen. God, hälsosam och behovsanpassad mat som patienten äter upp är grundläggande för att främja tillfrisknande och förhindra undernäring samt öka välbefinnandet (Näringsproblem i vård och omsorg, Socialstyrelsens rapport 2000:11).

Region Örebro läns patientmåltider utgår från Livsmedelsverkets nationella riktlinjer för måltider på sjukhus. För att möjliggöra att alla patienter ska kunna få sitt behov av energi och näring tillgodosett finns utöver den ordinarie matsedeln också ett utbud av specialkost. I den ingår konsistensanpassade kost, allergianpassade kost, sjukdomsspecifika kost och önskekost.

#### Riktlinjer

- Kvalitet och näring  
Alla måltider ska tillagas från grunden med god kvalitet.  
Maträtterna på den ordinarie matsedeln utgår från Livsmedelsverkets definition för en hälsosam måltid. De olika formerna av specialkost utgår i möjligaste mån från denna definition men avsteg görs då det är nödvändigt för att uppnå rätt energi- eller näringsinnehåll. Vid inskrivningssamtalet görs en bedömning av vilken typ av kost som är mest lämplig utifrån patientens behov, förutsättningar och önskemål.  
Vid behov görs en nutritionsbedömning av dietist. Nutritionsbedömningen resulterar i en individuellt anpassad kostbehandling som tar hänsyn till patientens behov, förutsättningar och önskemål.  
Varje avdelning eller enhet som serverar patientmåltider ska ha rutiner för måltider, mellanmål samt dygnsfasta. Rutinen ska inkludera hur måltider och menyer presenteras och hur patientens önskemål tas om hand. Avdelningschefen ansvarar för att rutinerna upprättas och för att de är kända inom verksamheten.
- Måltidssituation och miljö  
Avdelningar och verksamheter ska ha en lokal som är iordningställd och förberedd för måltid med fokus på lugn trevlig miljö. Om inte särskilda skäl finns bör patienternas måltider intas i denna lokal. I de fall det inte kan ske bör man på patientsal eller annat utrymme som används för måltid utifrån förutsättningarna vidta åtgärder för att skapa en så bra måltidmiljö som möjligt.

Alla patienter ska ges möjlighet att välja mellan de måltider som finns tillgängliga och som bästa möjliga mån matchar den enskilda patientens behov.  
Patienter som är i behov av ätstödjande åtgärder ska ges möjlighet till adekvat stöd.

- Patientsäkerhet  
Måltider ska hanteras på ett sätt som är säkert för patienten och tar hänsyn till patientens särskilda behov.
- Miljö och klimat  
Val av vegetariska rätter ska uppmuntras där inga förhinder föreligger i form av specialkost eller kostbehandling.  
Varje avdelning ansvarar för att ta fram rutiner för minskat matsvinn och ökad hållbarhet.
- Kompetens och utbildning  
Personal ska ha relevant kunskap för att förebygga, upptäcka och åtgärda ät- och nutritionsproblem.
- Dialog och kommunikation  
Former för dialog och kommunikation mellan kostavdelningen och beställare utformas för att följa upp och utveckla måltidsservicen gentemot patient.
- Ansvarsfördelning  
En tydlig ansvarsfördelning ska finnas mellan olika yrkesgrupper som hanterar måltider samt mellan kostavdelningen och vårdavdelning.
- Uppföljning  
Det åligger kostavdelningen att i samarbete med Hälso- och sjukvårdsförvaltningen följa upp och utvärdera kundnöjdhet samt att verksamheten styr mot ökad hållbarhet.

## 5.2 Region Örebro läns lunchrestauranger

### Målbild för lunchrestauranger

I Region Örebro län ska utbudet underlätta för medarbetare och gäster att göra hälsosamma och klimatsmarta val i lunchrestaurangerna.

Utgångspunkt för menyer och utbud i Region Örebro läns lunchrestauranger är Livsmedelsverkets kostråd.

### Riktlinjer

- Hälsosam mat av hög kvalitet  
Alla måltider tillagas från grunden med god kvalitet.
- Måltidsmiljö  
Måltiden serveras i en lugn och trevlig miljö.
- Miljö och klimat  
Konkreta insatser görs för att uppmuntra och underlätta val av vegetariska rätter.  
Salladsbuffén har ett rikt utbud av grönsaker i säsong.

- **Kompetens och utbildning**  
Kostavdelningens personal ska kontinuerligt ges fortbildning i matlagning, näringslära, specialkost, hygienfrågor, bemötande samt hållbar utveckling för att upprätthålla en hög kompetens.
- **Dialog, kommunikation och uppföljning**  
Former för dialog och kommunikation ska utformas för att följa upp och utveckla måltidsservicen gentemot gäst.  
Kundnöjdhet ska utvärderas så att verksamheten styr mot ökad hållbarhet.

### 5.3 Fikaförmån

#### Målbild

I Region Örebro län är personalfika på förmiddagen en del av det hälsofrämjande arbetet riktat till personal.

Utgångspunkt för fikaförmånen är ett hållbart och hälsosamt mellanmål i enlighet med Livsmedelsverkets kostråd.

#### Riktlinjer

- Fikaförmånen ska beställas från kostavdelningen där det är möjligt.
- Utbudet i beställningslistorna ska till övervägande del utgöras av nyckelhålmärkta livsmedel.
- Utbudet är lika för alla i Region Örebro län i enlighet med beslut om standardisering.
- Utbudet beslutas av kostavdelningen och uppdateras efter säsong
- Alla verkar för att minska svinnet i alla led.

### 5.4 Beställning av mat och fika

#### Målbild

I Region Örebro län ökar vi attraktionskraften genom att föregå med gott exempel och erbjuda hållbara och hälsosamma måltider vid beställningar till möten, utbildningar och konferenser.

Utgångspunkt för utbudet av mat och fika från kostavdelningen är Livsmedelsverkets kostråd. Genom att handla inom avtal och beställa mat och fika genom kostavdelningen säkerställer vi att våra mål för ekologisk och social hållbarhet följs. Genom att vi handlar inom avtal bidrar vi även till den ekonomiska hållbarheten genom att vi får bra priser på de livsmedel vi upphandlar.

#### Riktlinjer

- Beställning av måltid och/eller fika ska göras till kostavdelningen där det är möjligt.
- Utbudet i beställningslistorna utgörs till övervägande del av nyckelhålmärkta livsmedel.
- Utbud i beställningslistorna beslutas av kostavdelningen och uppdateras efter säsong.
- Alla verkar för att minska matsvinnet vid beställningar.

### 5.5 Externa konferensmåltider

#### Målbild

I Region Örebro län sprider vi kunskap om vårt arbete genom att föregå med gott exempel och efterfråga hållbara och hälsosamma måltider vid beställningar till möten, utbildningar och konferenser.

Utgångspunkt vid beställningar av externa konferensmåltider är Livsmedelsverkets kostråd.

## Riktlinjer

- Personal som beställer måltider till möten, utbildning och konferenser ska efterfråga hållbara och hälsosamma måltider.

## 5.6 Upphandling och inköp

### Målbild

Den offentliga marknaden kan via upphandling av livsmedel visa vägen och utveckla den offentliga måltiden i enlighet med den svenska lagstiftningens krav på livsmedelsproduktionen. Den kan också bidra med tydliga regionala ambitioner och stärka innovationer vid upphandling av offentlig måltid. Upphandling och inköp är en central del i Region Örebro läns strategiska arbete med Agenda 2030, FN:s globala hållbarhetsmål, samt de nationella miljömålen. Region Örebro län är en stor inköpare av livsmedel. Genom medvetna inköp kan vi påverka livsmedelsproduktionen i en mer hållbar riktning där ekonomisk, ekologisk och social hållbarhet samspelar.

Utgångspunkt för upphandling och inköp är att upphandlade livsmedel är klimatsmart producerade, gynnar den biologiska mångfalden, är odlade utan bekämpningsmedel och handelsgödsel samt producerade utifrån goda arbetsvillkor. Region Örebro läns hållbarhetsprogram är vägledande för riktlinjerna kring upphandling och inköp. Hållbar upphandling innebär att vi som offentlig myndighet tillgodoser våra behov av varor och tjänster på ett sätt som säkerställer den goda affären sett till hela livsryckeln. Genom att ställa krav på hållbarhet i upphandling kan bidra till att nå flera samhällsliga mål inom miljömässig, social och ekonomisk hållbarhet.

Kravställningar framtagna av Upphandlingsmyndigheten används som underlag för utformningen av en upphandling. Dessa krav är framtagna i samarbete med expertgrupper bestående av representanter från branschorganisationer, näringsliv, intresseorganisationer, stat, regioner och kommuner. Kravställningarna i Upphandlingsmyndighetens kriterietjänst, hållbarhetskriterierna, utgör grunden för upphandling av livsmedel i Region Örebro län.

En referensgrupp med bred kompetens, bestående av exempelvis kostchef, kock, upphandlare och hållbarhetsstrateg, tillsätts vid varje upphandling för att beakta olika perspektiv inom hållbar upphandling.

För att premiera nytänkande och hållbar utveckling i hela livsmedelskedjan ska Region Örebro län verka för innovationsupphandlingar som verktyg i upphandling av livsmedel. I större livsmedelsupphandlingar är målsättningen att en plan tas fram tillsammans med leverantören för hur klimatpåverkan kan minimeras under avtalstiden.

## Riktlinjer

### Ekologisk hållbarhet

- Biologisk mångfald och djurskydd  
Vi väljer i första hand nötkött från naturbetande djur.  
Vi väljer kött från producenter med djurskydd motsvarande svensk lagstiftning.  
Vi väljer fisk från hållbara bestånd med utgångspunkt från WWF:s fiskguide.  
Vi väljer ekologiskt producerade livsmedel där det har störst betydelse för naturens ekosystem och kretslopp, med målsättningen att upprätthålla och förbättra kvaliteten på jord, vatten, växternas sundhet och djurens hälsa.

Vi ställer krav på information om ursprung för att kunna följa upp miljö- och djurskyddslagstiftning som gällt vid produktionen.

- Förpackningar och bruksmaterial  
Vi ställer krav på leverantörer om ökad användning av returemballage, med syfte att minska förbrukningen av engångsförpackningar.
- Transporter  
Vi ställer krav på fossilfria transporter med en successiv ökning av förnybara drivmedel.

#### Social hållbarhet

- Uppförandekod  
Vi använder oss av den gemensamt framtagna uppförandekoden för leverantörer.  
(Ref: Uppförandekoden för leverantörer är gemensam i samtliga regioner och är politiskt förankrad. Uppförandekoden utgår från FN-initiativet Global Compact och dess principer för företagens sociala och miljömässiga ansvar. Koden omfattar områdena mänskliga rättigheter, arbetares rättigheter, miljö och anti-korruption.)
- Rättvis handel  
Vi väljer i första hand etiskt certifierade produkter i de produktkategorier där sådana finns.
- En mångfald av leverantörer  
Vi ska verka för en sund konkurrens på marknaden och möjliggöra för små och medelstora företag att delta i upphandlingarna när så är möjligt.  
Region Örebro län ska värna om ökad beredskap och säkerhet i upphandling och inköp av livsmedel.

### 5.7 Externa leverantörer av caféer, kiosker och livsmedelsautomater

#### Målbild

I Region Örebro län är den övervägande delen av utbudet i caféer, kiosker och livsmedelsautomater hälsosamma och utgörs av bra miljöval.

Utgångspunkt för utbudet på caféer, kiosker och livsmedelsautomater inom Region Örebro län är Livsmedelsverkets kostråd.

#### Riktlinje

- Vid upphandling av externa företag och leverantörer ska Region Örebro läns kostpolicy och tillhörande riktlinjer utgöra underlag för kravställaren när nya avtal ingås eller förlängs.

### 5.8 Kävesta och Fellingsbro folkhögskolor

#### Målbild

Måltiden har en viktig social och lärande funktion där elever inspireras till hållbara matvanor.

Utgångspunkt för folkhögskolornas arbete med mat, miljö och hälsa är Livsmedelsverkets riktlinjer för skola samt den så kallade måltidsmodellen. Måltidsmodellen syftar till att ge ett helhetsperspektiv avseende bra måltider och är ett verktyg för att utveckla måltiderna på folkhögskolorna.



## Riktlinjer

- Trivsamt  
Måltiderna serveras i en lugn och trevlig miljö och ger möjlighet till en stunds avkoppling.
- Kvalitet och näring  
Måltiderna ska, genom att vara goda och näringsriktiga bidra till elevernas hälsa och utveckling.  
Måltiderna tillagas från grunden med god kvalitet.
- Integrerad  
Måltiderna är en resurs i den pedagogiska verksamheten genom att bidra med lärande om mat, hälsa och miljö. Eleverna ska ges möjlighet till inflytande över måltider och miljön i matsalen.
- Miljö  
Menyplanering görs med S.M.A.R.T. matmodellen som grund.  
Servering och utbud underlättar och främjar hälsosamma och klimatsmarta val.  
Insatser görs som syftar till att minska matsvinnet i alla led, från inköp till matgäst.
- Säker  
Rutiner finns för hur risker med maten hanteras, förebyggs och åtgärdas.  
Rutiner finns för att säkerställa att elever med allergier eller överkänslighet inte blir sjuka av maten.

## 6 Referenser

### Interna och regionala

- Program för hållbar utveckling, 2021-2025.
- Tillväxt och hållbar utveckling i Örebro län, Regional utvecklingsstrategi 2018-2030.
- Mat för hälsa och hållbarhet – handlingsplan för ökad livsmedelsproduktion i Örebro län 2018-2023.
- Upphandlingspolicy för Region Örebro län.

### Nationella myndigheter

Livsmedelsverket, [www.livsmedelsverket.se](http://www.livsmedelsverket.se)

- Hitta ditt sätt – de svenska kostråden.
- Måltidsmodellen
- Nationella riktlinjer för måltider på sjukhus.
- Nationella riktlinjer för måltider i skolan.

Socialstyrelsen, [www.socialstyrelsen.se](http://www.socialstyrelsen.se)

- Näringsproblem i vård och omsorg, Socialstyrelsens rapport 2000:11.

Upphandlingsmyndigheten, [www.upphandlingsmyndigheten.se](http://www.upphandlingsmyndigheten.se)

- Tillämpningsstöd hållbarhetskriterier. Upphandling av livsmedel och måltidstjänster.

## 7 Nyckelord

Kostriktlinjer, kostpolicy, livsmedel, hållbarhet, patientmåltider, lunchrestauranger, fikaförmån, beställning av mat och fika, externa konferensmåltider, livsmedelsupphandling.