



Riktlinje för mat och måltider inom äldreomsorgen i Linköpings kommun

Dokumenttyp: Riktlinjer

Antaget av: vård- och äldreomsorgsnämnden **Förslag**

Senast reviderat: 2025-02-13

Giltighetstid: Gäller tillsvidare

Diarienummer: VÄN 2024-1429

Dokumentansvarig: Avdelningschef Avtal och kvalitet

Adresserat till: De verksamheter som vård- och äldreomsorgsnämnden är ansvarig för

Tidpunkt för aktualitetsprövning: 2025-02-13

Relaterade styrdokument: Linköping kommuns måltidspolicy KS 2021-504.

Sökord: mat, måltider, äldreomsorg

Innehåll

Förord	4
1 Inledning	4
1.1 Syfte	4
2 Bakgrund	4
3 Genomförande	4
3.1 Ansvar	4
3.2 Måltidsmodellen	4
3.2.1 Integrerade måltider	5
Mål	5
Rutiner	5
Ansvar	5
3.2.2 Trivsamma måltider	5
Mål	5
Rutiner	6
Ansvar	6
3.2.3 Goda måltider	6
Mål	6
Rutiner	6
Ansvar	6
3.2.4 Näringsriktiga måltider	7
Mål	7
Rutiner	7
Ansvar	7
3.2.5 Miljösmarta måltider	7
Mål	7
Rutiner	7
Ansvar	7
3.2.6 Säkra måltider	8
Mål	8
Rutiner	8
Ansvar	8
4 Kompetensutveckling och handledning	8
5 Uppföljning	8
6 Referenser	8

Förord

Denna riktlinje syftar till att säkerställa att alla verksamheter inom vård- och äldreomsorgsnämndens ansvarsområde arbetar med mat och måltider på samma sätt och att verksamheter arbetar för att öka fokus på hela måltidsupplevelsen

1 Inledning

Riktlinjen för mat och måltider inom äldreomsorgen är framtagen som ett komplement till Linköping kommuns måltidspolicy (KS 2021-504). Linköpings kommuns måltidspolicy är ett kommungemensamt styrdokument för att kvalitetssäkra måltiderna och bidra till hållbar utveckling. Med hjälp av måltidspolicyn tydliggörs kommunens målsättning att maten som serveras i Linköpings kommun ska vara god, näringsriktig, tillagad av bra råvaror, hållbar och serverad i en trivsamt miljö. En bra måltid får matgästen att må bra och känna matglädje.

1.1 Syfte

Syftet med riktlinjen är att säkerställa vård- och äldreomsorgsnämndens kvalitetskrav på mat och måltider i verksamheterna samt att alla verksamheter arbetar med mat och måltider på ett likvärdigt sätt.

2 Bakgrund

I verksamhetsplanen för 2025 har Vård- och omsorgsförvaltningen som aktivitet att ta fram en mat- och måltidsriktlinje för att öka fokuset på matupplevelsen för de äldre som vistas i äldreomsorgens verksamheter. En väl förankrad riktlinje ger verksamheterna stöd för en förbättrad måltidsupplevelse. Det är också ett sätt att stärka jämlikhet och kvalitet i vård och omsorg.

Riktlinjens genomförande utgår ifrån Livsmedelsverkets måltidsmodell Måltidspusslet som utgår ifrån FAMM-modellen som är en teoretisk modell för måltidskvalitet.

3 Genomförande

3.1 Ansvar

Riktlinjen vänder sig till samtliga utförare av insatser inom äldreomsorgen, både egen regi och privata utförare. Verksamheten ska upprätta lokala rutiner utifrån riktlinjen för att kvalitetssäkra maten och måltidssituationen för brukaren. Verksamhetschefen ska se till att riktlinjerna är implementerade i verksamheten och säkerställa kvalitet vad gäller mat och måltider.

3.2 Måltidsmodellen

Att måltiden är god och trivsamt är centralt för att maten ska ätas upp och göra nytta, det gäller både för friska och sjuka. Måltidsmodellens sex områden ger ett helhetsperspektiv på

bra måltider. Nedan beskrivs mål, rutiner och ansvar inom alla måltidsmodellens sex områden;

- integrerade måltider
- trivsamma måltider
- goda måltider
- näringsriktiga måltider
- miljösmarta måltider
- säkra måltider



3.2.1 Integrerade måltider

Mål

Att måltiderna anpassas utifrån brukarens vanor och behov och stäva efter att hänsyn tas till egna preferenser såsom kulturtillhörighet, livsåskådning och tro.

Rutiner

Verksamheten ska säkerställa att:

- Det finns en genomförandeplan som utöver omvårdnad beskriver hur måltiderna anpassas efter brukarens vanor och behov för dygnets alla måltider. Vid behov, exempelvis vid risk för undernäring, ska en vårdplan upprättas och en tydlig ansvarsfördelning mellan professioner i verksamheten ska framgå. Vid anpassning av måltider följs Livsmedelverkets rekommendationer.
- Brukaren har möjlighet att påverka vad, när och hur måltiderna serveras.
- Brukaren ges möjlighet att vara delaktig i planering, matlagning och servering.
- Brukaren är delaktig i regelbundna matråd.

Ansvar

- Verksamhetschef ansvarar för att det finns en genomförandeplan och vid behov vårdplan för alla dygnets måltider och att den följs upp vid behov.
- Verksamhetschef ansvarar för att verksamheten följer länsövergripande [riktlinje](#) mellan Region Östergötland och kommunerna - *Undernäring, att förebygga och behandla undernäring hos individer över 18 år.*
- Verksamhetschef ansvarar för att det finns tillräcklig bemanning i samband med måltiderna, att omsorgspersonalen har rätt förutsättningar och att kontinuiteten är god, det vill säga att det inte är alltför många olika personer som hjälper brukaren.
- Verksamhetschef ansvarar för att verksamheten erbjuder matråd minst fyra gånger per år, alternativt i enlighet med avtal.

3.2.2 Trivsamma måltider

Mål

Att göra måltiderna till en social aktivitet som bidrar till att uppfylla behov av gemenskap och njutning - en möjlighet att sätta guldkant på tillvaron, både till vardag och fest.

Att omsorgspersonalen erbjuder det fysiska, psykiska och sociala stöd som brukaren behöver.

Rutiner

Verksamheten ska säkerställa att:

- Det finns tillräckligt med tid för måltiden.
- Måltidsmiljön är tilltalande och anpassad för brukaren såsom möblering, belysning, dukning och upplägg. Exempelvis kan kontraster mellan ljusa och mörka färger användas för att göra maten och dukningen tydlig för brukare med nedsatt syn och demenssjukdom. Måltidsmiljön kan även anpassas efter säsong, helgdagar och årstider.
- Det finns möjlighet till god sittställning och tillgång till hjälpmedel, exempelvis anpassade tallrikar, bestick, glas och muggar samt anti-glidmattor under tallriken. Möjlighet att dricka med sugrör. Matens konsistens behöver anpassas efter varje brukares förmåga att tugga och svälja.
- Möjlighet att välja att äta måltiden i sällskap med andra eller enskilt.
- En anpassad måltidsmiljö erbjuds brukare som har en demenssjukdom, exempelvis genom små grupper och tid att äta i lugn och ro.

Ansvar

- Verksamhetschef ska ansvara för att det finns tid för omsorgspersonal att delta vid måltider och förutsättningar för en god personalkontinuitet.
- Verksamhetschef ansvarar för att det finns förutsättningar för att skapa en god måltidsmiljö.
- Verksamhetschef ansvarar för att det finns måltidsrutiner där det tydliggörs vad som bör göras inför, under och efter en måltid.
- Verksamhetschef ansvarar för att omsorgspersonal är kunnig om varje brukares specifika behov och behov av hjälpmedel.

3.2.3 Goda måltider

Mål

Att erbjuda goda och lustfyllda måltider som lockar aptiten och bidrar till livskvalitet.

Rutiner

Verksamheten ska säkerställa att:

- Maten har en kulinarisk kvalitet - presentation, doft, smakbalans, variation i konsistens och smakintensitet.
- Brukaren har möjlighet att välja alternativa rätter, tillbehör och måltidsdryck.
- Maten serveras på ett tilltalande sätt, som buffé alternativt servering vid bord från uppläggningsfat.

Ansvar

- Verksamhetschef ansvarar för att det finns rutiner för att säkerställa att maträtterna och presentationen av dem utgår från brukarens vanor och önskemål. Detta kan bland annat göras i samband med matråd.
- Verksamhetschef ansvarar för att verksamheten erbjuder möjlighet till alternativa rätter.
- Verksamhetschef ansvarar för att det finns omsorgspersonal med kompetens och engagemang inom mat och måltider.

3.2.4 Näringsriktiga måltider

Mål

Erbjuda näringsriktiga måltider som är goda och lockar aptiten.

Rutiner

Verksamheten ska säkerställa att:

- Måltiderna täcker behovet av näring och energi och protein i enlighet med Nordiska näringsrekommendationerna 2023, med extra energi och protein till dem med nedsatt aptit.
- Måltiderna är många, små, energi- och proteintäta samt spridda över dygnet.
- Nattfastan är högst 11 timmar på vårdboende. I hemtjänst, beroende av beslutade insatser, ska verksamheten verka för att nattfastan inte överstiger 11 timmar.
- Vätskebehovet av 1-1,5 liter tillförs som dryck utspritt över dagen, med undantag för brukare som har ordinerad vätskerestriktion på grund av sjukdom.

Ansvar

- Verksamhetschef ansvarar för att det finns omsorgspersonal med kunskap om betydelsen av måltider, mat och näring för äldres hälsa och välbefinnande.
- Verksamhetschef ansvarar för att tillgång till lämpliga mellanmål och dryck finns dygnet runt så att omsorgspersonal kan erbjuda brukare måltider under stor del av dygnet.
- Verksamhetschef ansvarar för att verksamheten följer länsövergripande [riktlinje](#) mellan Region Östergötland och kommunerna - *Undernäring, att förebygga och behandla undernäring hos individer över 18 år.*
- Verksamhetschef ansvarar för att tvärprofessionella team regelbundet följer upp förändringar i brukarens aptit och vikt, exempelvis via nationella kvalitetsregistret Senior Alert.

3.2.5 Miljösmarta måltider

Mål

Att minska matsvinn, minska energianvändningen i köket och källsortera avfall.

Rutiner

Verksamheten ska arbeta för att:

- Minska tallrikssvinn genom att måltidsmiljön är trivsamt och att den enskilde fått vara delaktig i beslut kring måltiden.
- Avfall källsorteras och att energiåtgången i köket minimeras.

Ansvar

- Verksamhetschef ansvarar för att omsorgspersonal har kunskap att arbeta med att minska tallrikssvinn.
- Verksamhetschef ansvarar för att det finns förutsättningar att källsortera, med hänsyn till lokala förutsättningar, och att omsorgspersonal har kunskap om hur energiåtgången kan minskas i köket.
- Verksamhetschef ansvarar för aktiviteter för att minska matsvinn, energianvändning och källsortering finns beskrivna i verksamhetens [miljöplan](#).

3.2.6 Säkra måltider

Mål

Att all mat som serveras inom äldreomsorgen ska vara säker att äta.

Rutiner

Verksamheten ska säkerställa att:

- Rätt mat serveras till rätt person, för att säkerställa att brukare med behov av specialkost utifrån medicinska skäl inte blir sjuka av maten.
- Maten ska hanteras med noggrann hygien och konsistensanpassad mat ska hanteras med särskild noggrann hygien.
- Livsmedel som kan innehålla listeria kan kräva extra uppmärksamhet då listeria kan föröka sig i kyla, vakuumpförpackningar samt förpackningar med skyddad atmosfär. Gravida, personer med nedsatt immunförsvar samt sköra äldre är riskgrupper. Listeria kan finnas i exempelvis rökt och kokt skinka, rökt fisk samt mögel- och kittostar.
- Livsmedelverkets rekommendationer för hantering av kall respektive varm mat följs.

Ansvar

- Verksamhetschef ansvarar för att omsorgspersonal är kunnig om varje individs specifika behov såsom allergi, överkänslighet och behov av konsistensanpassad kost.
- Verksamhetschef ansvarar för att omsorgspersonal har kunskap om livsmedelssäkerhet och livsmedelshygien och att det finns rutiner för hur faror ska hanteras, förebyggas och åtgärdas.
- Verksamhetschef ansvarar för att ett aktuellt egenkontrollprogram för att säkra måltider finns.

4 Kompetensutveckling och handledning

För att hålla en jämn kvalitet på mat och måltider behöver ledning och omsorgspersonal kontinuerligt utbildas och ges möjlighet till praktisk handledning med hänsyn till ansvar, befogenheter och arbetsuppgifter. För att säkerställa en bra måltidskvalité behöver verksamhetschef säkerställa att omsorgspersonal har lämplig utbildning och erfarenhet inom områdena måltider, mat och näring. Verksamhetschef behöver även ge omsorgspersonalen möjlighet till etiska diskussioner gällande måltidsfrågor och undernäringssproblematik.

5 Uppföljning

Riktlinjen följs upp årligen i samband med nämndens verksamhetsberättelse och den aktualitetsprövas i samband med ny mandatperiod.

6 Referenser

Livsmedelsverket - "Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen - Ordinära och särskilda boenden - hemtjänst och äldreboenden"

[Specialkost och anpassade måltider i vård, skola och omsorg](#)

[Livsmedelsverket måltidsmodell](#) - utgår från Five Aspects Meal Model (FAMM) – Journal of Foodservice

Nordiska näringsrekommendationerna 2023

[Kost och måltidspolicy för Linköpings kommun](#)

[Linköpings kommuns miljöarbete](#)