



Tjänste- och servicekvalitet inom äldreomsorgen

**Avsnitt: Kost som tillagas och serveras i
särskilda boendeformer, dagcentraler och dag-
verksamhet**

Fastställt av socialnämnden 2012-02-29
Gäller från och med 2012-04-01

KVALITETSKRAV FÖR KOST SOM TILLAGAS OCH SERVERAS INOM SÄRSKILDA BOENDEFORMER, DAGCENTRALER, OCH DAGVERKSAMHETER

Lagstiftning som grund

Livsmedelslagen (SFS 2006:804) är en ramlag som är styrande för allt arbete inom livsmedelsområdet.

Livsmedelsförordningen (SFS 2006:813) kompletterar livsmedelslagen.

EG-förordningar nr: 178/2002 allmänna principer och krav för livsmedelslagstiftningen, plus EG-förordningar nr: 852/2004, nr: 853/2004 och nr: 882/2004

Livsmedelsverkets föreskrifter (LIVSFS 2005:20, 2005:21, 2001:30, 2004:27) som är central tillsynsmyndighet har en egen författningssamling som ytterligare förtydligar de regler som gäller inom livsmedelsområdet.

Miljö och hälsoskyddsnämnden har tillsyn över samtliga livsmedelslokaler i kommunen.

Anläggningar som ska registreras av lokala kontrollmyndigheten är:

Verksamheter där livsmedel säljs eller levereras direkt till slutkonsument, som butiker, catering, personalmatsalar, caféer mm. Det gäller även verksamheter som bara är mellanhand och distribuerar vidare, utan att påverka livsmedlets förpackning, märkning, säkerhet eller sammansättning. Exempel på sådana verksamheter är distributionsterminaler och grossister.

Blankett för registrering finns hos lokala kontrollmyndigheten.

Husdjur:

Husdjur får inte ha tillträde till gemensamhetsutrymme där livsmedel bereds, hantearas eller lagras.

Egenkontrollprogram:

Varje livsmedelsföretagare skall ha ett utarbetat egenkontrollprogram. Programmet ska vara anpassat till vid varje tillfälle gällande livsmedelslagstiftning/författningar och ska förändras under tiden om så krävs.

Statens livsmedelsverk har tydliggjort ansvaret för kontrollprogram. För yrkesmässigt bedriven verksamhet gäller

- att utöva egentillsyn som är anpassad efter verksamhetens art och omfattning
- att följa fastställt kontrollprogram

Socialnämnden tillhandahåller färdiglagad mat och livsmedel till särskilda boendeformer, dagcentraler och dagverksamheter. Den färdiglagade maten tillagas och transporteras när så behövs till anvisad plats från kommunens kostenhet (Gäller transporter utanför enheten dock ej matdistribution).

Svenska näringsrekommendationerna 2005 (SNR)

SNR utges av Livsmedelsverket för att ge underlag för planering av en kost som är så sammansatt att den

- tillfredsställer de primära näringsbehoven, d v s tillgodoser individens fysiologiska behov för tillväxt och funktion
- ger förutsättningar för god hälsa och minskar risken för kostrelaterade sjukdomar

1. Energirekommendationer

Behovet av energi uppgår till ca 30-35 kcal per kg kroppsvikt och dygn. För kroppsvikten 40- 70 kg motsvarar detta 1200-2450 kcal/dygn.

OBS! Portioner med energiinnehåll som understiger 1800 kcal/dygn skall endast serveras till personer enligt individuell medicinsk bedömning.

Personer med låg kroppsvikt/lågt *BMI ska erbjudas energi och proteinrik kost

* **BMI** = Body Mass Index = $\frac{\text{Kroppsvikten (kg)}}{\text{Längden i kvadrat (m)}}$

Ex: $\frac{64 \text{ kg}}{(1,68 \times 1,68)} = \frac{64 \text{ kg}}{2,82\text{m}} = \text{BMI } 22,7$

BMI bör ligga mellan 20-25 för medelålders. BMI för äldre bör ha ett högre värde. För brukare > 70 år bör BMI inte understiga 22. BMI < 22 kan dock vara normalt om det gäller stabil vikt utan viktninskning.

Viktförlust

Om viktförlusten är:

- > 5 % under en månad eller
- > 10 % under tre månader, kontakta patientansvarig sjuksköterska.

2. Näringsrekommendationer

Energigivande näringsämnen

Av det totala energiintaget per dygn rekommenderas följande fördelning av energigivande näringsämnen enligt SNR för A-kost (Allmän kost för sjuka).

- Protein ca 15-20 E %
- Fett ca 35-40 E %
- Kolhydrater ca 40-50 E %

E % = Energiprocent anger hur många procent av energin som kommer från vart och ett av de energigivande näringsämnena. Energimängden i de olika näringsämnena varierar:

1 g protein ger	4 kcal
1 g fett ger	9 kcal
1 g kolhydrater ger	4 kcal

Övriga näringsämnen

Kosten behöver vara näringstätare för äldre därför att behovet av övriga näringsämnen är nästan lika stort som hos yngre personer medan energibehovet är mindre. Innehåll av mineraler och vitaminer skall följa Svenska näringsrekommendationer.

Kostfiber

Maten ska innehålla ca 12 g kostfiber per 1000 kcal, volymanpassad till kosten. Kostfiber måste kompletteras med rikligt med vätska.

D- vitamin

Det är känt att många äldre får i sig otillräckligt med vitamin D. Rekommendationerna är på 10 mikrogram/dygn. För individer med liten aptit eller benskörhet bör extra kosttillskott diskuteras. Även solljus är en viktig D-vitaminkälla.

B12

Förmågan att ta upp vitamin B12 från maten minskar med stigande ålder. Vitaminet behövs bland annat för cellernas ämnesomsättning och bildning av blodkroppar, är även nödvändigt för nervsystemets funktion. Eftersom vitaminet bara finns i animaliska livsmedel är det viktigt att de som inte äter dessa produkter äter tillskott av vitaminet.

Vätska

Känslan av törst minskar med stigande ålder. Det är därför viktigt att äldre personer uppmanas att dricka. Behovet av vätska är ca 30 ml/ kg kroppsvikt. Det kan finnas speciella situationer där man behöver mer eller mindre vätska, t ex vid feber, hjärtsvikt mm. Det är viktigt att erbjuda dryck under hela dygnet. Brukare som är i riskzonen ska ha vätskelista.

Särskilda rekommendationer för specialkoster

För specialkoster kan rekommendationerna se lite annorlunda ut. Vid **energi och proteinrik mat** som definieras med att en halv portion (avseende volymen) ska motsvara samma energiinnehåll som en hel portion av vanlig mat. Där bör fett ligga på 35 E % och proteinet 18-20 E %. För att dessa förutsättningar ska gälla bör fiberrika

och vattenrika livsmedel (t ex råkost), användas sparsamt p g a att fiber- och vatteninnehållet ger maten stor volym men lågt energiinnehåll.

3. Fördelning av energi och näringsämnen över dygnet

Rekommenderad fördelning av energi och näringsämnen

- Frukost 15-20%
- Mellanmål 10-15%
- Middag 20-25%
- Mellanmål 10-15%
- Kvällsmat 20-25%
- Mellanmål 10-15 %

SOCIALNÄMNDENS KVALITETSKRAV FÖR KOST INOM

Särskilda boendeformer, dagcentraler, och dagverksamheter

ALLMÄNNA KVALITETSKRAV

Enligt Socialnämnden ska alla som arbetar med kost inom äldreomsorgen i Falkenbergs kommun utföra sina arbetsuppgifter

- med lyhördhet och respekt gentemot brukaren
- så att brukaren uppmuntras till självbestämmande och till att ta egna initiativ
- så att brukaren upplever trygghet i samband med måltiderna
- med beaktande av brukarens religiösa, etiska och/eller kulturella behov
- i överensstämmelse med gällande författningar inom livsmedelsrådet

1.A Kvalitetskrav MATHANTERING I SÄRSKILDA BOENDEFORMER, DAGCENTRALER OCH DAGVERKSAMHETER

Mathanteringen ska ske i överensstämmelse med intentionerna i Livsmedelslagen och andra gällande författningar samt Svenska näringsrekommendationer 2005 och Handlingsplan Nutrition i omvårdnadspärmen.

Kravuppfyllelse mathantering i särskilda boendeformer dagcentraler och dagverksamheter:

- ✓ att personalen har kännedom om "Socialnämndens kvalitetskrav för kost i särskilda boendeformer, dagcentraler och dagverksamheter och Handlingsplan Nutrition.
- ✓ att personalen har grundläggande kunskap i livsmedelshygien, samt basala hygien regler

2. Kvalitetskrav MATSEDELSPLANERING

- Den enskilde brukaren ska ha möjlighet att påverka matsedelns innehåll
- Det ska finnas tillgång till mellanmål hos utföraren under hela dygnet
- Menyerna skall vara lämpade för målgruppen.
- Matsedeln skall vara tydlig, lättläst och tillgänglig för brukaren.

Kravuppfyllelse matsedelsplanering:

- ✓ att de brukare som erhåller kost genom utföraren är nöjda med matsedeln avseende typ av rätter, variationsrikedom samt matsedelns utformning.
- ✓ att de brukare som erhåller kost genom utföraren har möjlighet att påverka matsedelns innehåll.

3. Kvalitetskrav HELDYGNSKOST

En heldygnsportion ska innehålla tre huvudmål och minst 2 mellanmål. Middagsmålet och kvällsmålet ska innehålla någon eller några av följande huvud- och bikomponenter:

Huvudkomponenter:

- Helt kött
- Färs
- Korv
- Fisk
- Fågel
- Äggrätter
- Vegetariska proteinkällor
- Näringspreparat enligt medicinsk ordination

Bikomponenter:

- Potatis
- Ris
- Pasta
- Helfeta Mejeriprodukter
- Grönsaker kokta och rå

Lightprodukter ska inte serveras om det inte är ur medicinsk synpunkt.

Kravuppfyllelse heldygnskost:

- ✓ att middagsmålet ska bestå av varmrätt och dessert alla dagar i veckan.
- ✓ att heldygnskost innehåller följande kostkomponenter:

<u>Frukost</u>	<u>Middag</u>	<u>Kvällsmat</u>	<u>Mellanmål</u> exempel:
<ul style="list-style-type: none">• Gröt, välling, flingor eller müsli• Mjölk och/eller mjölkprodukter• Smörgås, mjuk eller hård, med varierande pålägg• Ägg minst 2 ggr/vecka• Dryck, t ex kaffe, te, juice, mjölk, saft mm	<ul style="list-style-type: none">• Huvudkomponenter t ex kött, fisk, kyckling eller likvärdiga komponenter• Bikomponenter t ex potatis, ris, pasta, grönsaker, lingon, rödbetor mm• Bröd, smör och pålägg vid soppdagar• Efterrätt• Dryck <p>Det är viktigt med varia-</p>	<ul style="list-style-type: none">• Huvudkomponent t ex kött, fisk, ägg eller likvärdiga komponenter• Bikomponent t ex potatis, ris, pasta och grönsaker• Bröd, smör och pålägg• Dryck <p>Det är viktigt med variation. Liknande komponenter i middagsmål och kvällsmat under</p>	<ul style="list-style-type: none">• Dryck, t ex kaffe, te, mjölk, saft mm• Vetebröd, kaka, skorpa, smörgås mm• Fukt, fruktsallad• Ost, kex• Smoothies• Glass, yoghurt• Puddingar, mm <p>Det ska serveras <u>minst</u> två mellanmål per dygn, men vissa brukare be-</p>

	tion. Liknande komponenter i middagsmål och kvällsmat under samma dag bör undvikas. Om middagen är mättig så ska kvällsmaten vara lättare.	samma dag bör undvikas. Om middagen varit lätt så ska kvällsmaten vara mättigare.	höver fler. Det ska dessutom finnas tillgång till mellanmål dygnet runt.
--	---	--	--

4. KVALITETSKRAV portionsstorlek

Det är utförarens skyldighet att se till att brukaren får den portionsstorlek som brukaren behöver. Tag kontakt med ansvarig sjuksköterska om råd behövs. Äter brukare endast halv portion av A-kost skall brukaren serveras Energi och proteinrik kost.

- ✓ att varje brukare får den portionsstorlek som han/hon behöver

5. KVALITETSKRAV måltidsordning

Utföraren ska eftersträva att måltiderna inte serveras för tätt.

Kravuppfyllelse måltidsordning:

- ✓ att följande måltidsordning ska gälla, med undantag för önskemål från brukare:

Frukost	07.30-09.00
Ev mellanmål	10.00
Middag	12.00-13.30
Mellanmål	15.00-15.30
Kvällsmat	17.00-18.30
Mellanmål	20.00-21.00

Nattfastan bör inte överstiga 11 timmar.

6. Kvalitetskrav TILLAGNING, UTSEENDE, LUKT, SMAK

Utföraren skall vara lyhörd för brukarnas önskemål när det gäller smak och val av mat.

Första intrycket av mat som brukaren får är viktigt. Lukter påverka aptiten. Maten sprider dofter till omgivningen, vilket kan öka aptiten.

Äldre personer har ofta avtagande smakkänsla. Tillgång till olika kryddor vid matbordet ger möjlighet för brukaren att själv påverka kryddningen.

Kravuppfyllelse tillagning, utseende, lukt, smak:

- ✓ att brukare som tillhandahålls kost från utföraren får en positiv helhetsbild av maten beträffande utseende, lukt och smak.

7. Kvalitetskrav KOST MED FÖRÄNDRAD KONSISTENS

Enskilda brukare kan behöva kost med förändrad konsistens på grund av olika sjukdomar och funktionshinder som kan göra att man får svårt att tugga eller svälja. Utföraren ska tillhandahålla mat med den konsistens som brukaren behöver. Konsistenserna som kan tillhandahållas är enligt konsistensguiden, - hel eller delad, - grov paté, - timbal, - gelé, - flytande, och – tjockflytande. Vid högtider/festligheter skall alla brukare oberoende av konsistens få motsvarande mat som övriga.

Kravuppfyllelse kost med förändrad konsistens:

- ✓ att brukarna vid behov kan få mat med individuellt anpassad konsistens

8. Kvalitetskrav SPECIALKOST, ÖNSKEKOST OCH ALTERNATIV MAT

Specialkost ska ges efter individuell medicinsk bedömning och ordination/beslut av läkare eller sjuksköterska. Specialkost är t ex glutenfri kost, laktosfri kost, diabeteskost, energi och proteinrik kost, vegetarisk kost mm. Utföraren ska tillhandahålla den mat som brukaren behöver i relation till sin sjukdom

Önskekost ska ges efter individuell medicinsk bedömning och ordination/beslut av läkare eller sjuksköterska och erbjudas brukare p.g.a. speciella skäl. Önskekost kan t ex bli aktuellt då enskild brukare har väldigt dålig aptit, lider av anorexi eller är i livets slutskede. Utföraren ska tillhandahålla mat med den önskekost som brukaren behöver.

Alternativ mat ska erbjudas brukare som inte tål viss maträtt. Så långt möjligt även erbjudas brukare som p.g.a. religiösa, etiska och kulturella skäl behöver alternativ mat. Hänsyn ska tas till brukarnas traditioner och speciella behov.

Kravuppfyllelse specialkost, önskekost och alternativ mat:

- ✓ att enskild brukare får den specialkost och önskekost som ordinerats/beslutats om.
- ✓ att enskild brukare får den alternativa mat man är i behov av.
- ✓ att behov av specialkost, önskekost och alternativ mat dokumenteras i genomförandeplanen.

9. Kvalitetskrav NÄRINGSPREPARAT

Brukare som p.g.a. sjukdom, aptitlöshet och/eller funktionshinder har svårt att tillgodöra sig den vanliga maten ska, efter individuell medicinsk bedömning och beslut av sjuksköterska, erbjudas produkter avsedda att förbättra energi och näringsintag (närlingspreparat).

Med näringspreparat avses industriellt framställda produkter såsom

- kosttillsätt
- energikoncentrerade produkter
- övrigt, t ex berikningar, förtjockningsmedel mm.

Näringsdrinkar kan tillverkas i det lokala köket och kan ges vid flytande kost, mellanmål etc.

Sondnäring, se rutiner i HSL-pärmen

Kravuppfyllelse näringspreparat:

- ✓ att brukare som erhåller kost av utföraren, och som p.g.a. sjukdom, aptitlöshet och/eller funktionshinder har svårt att tillgodogöra sig den vanliga maten, erbjuds medicinsk bedömning av behovet av näringspreparat.
- ✓ att utföraren tillhandahåller de näringspreparat som sjuksköterska beslutat om.

10. Kvalitetskrav MÅLTIDSMILJÖ

Måltiden ska serveras under sådana former att den ger ett positivt intryck för brukaren. Det ska finnas väl avsatt tid för måltiden så att inte brukaren känner sig stressad. Måltidsmiljön ska vara lugn och trivsamt. Brukaren ska ha möjlighet att påverka sin måltidsmiljö. Måltidsmiljön ska anpassas till brukarens individuella behov i möjligaste mån.

Kravuppfyllelse måltidsmiljö:

- ✓ att brukarna får en god måltidsmiljö.
- ✓ Att brukaren ska få den tid den behöver tex. för matning så att brukaren inte känner sig stressad.

11. Kvalitetskrav VARMHÅLLNING:

Maten ska serveras nylagad. Potatis bör av smaklighetsskäl och näringskäl inte varmhållas mer än en timma. Övrig mat ska varmhållas högst två timmar. Avbryt inte värmekejdjan. Om brukaren vill äta vid annan tidpunkt ska man så långt som möjligt tillgodo se detta.

Kravuppfyllelse varmhållning:

- ✓ att färdiglagad mat inte ska varmhållas mer än 2 timmar, potatis bör dock inte varmhållas mer än 1 timma.
- ✓ att temperaturen på färdiglagad mat är lägst +60 ° C när den serveras.
- ✓ Koppla alltid mattransportvagnen till eluttaget när den anländer till avdelningen.
- ✓ Om brukaren vill äta senare än utsatt tid måste matportionen kylas ned och åter uppvärmas enligt livsmedelslagens regler.

12. Kvalitetskrav TRANSPORT:

Vid transport ska maten förvaras i isolerade, tättslutande värmeskåp.

Kravuppfyllelse transport:

- ✓ att maten transporteras i ändamålsenliga värmeskåp som gör att den håller rätt temperatur.

13. Kvalitetskrav BRUKARINFLYTANDE:

Det ska ske regelbundet informationsutbyte mellan utföraren och brukare /eller dennes företrädare när det gäller brukarens önskemål beträffande kosten. Brukare ska ha möjlighet att påverka och ha inflytande på matsedeln, måltidsmiljön mm. Det ska finnas kostråd mellan kommunens kostenhet och vårdpersonal samt om möjligt även brukare/och eller dennes företrädare som lyfter fram brukarnas synpunkter i kostfrågor.

Kravuppfyllelse brukarinflytande:

- ✓ att regelbundna samråd, enskilt eller i grupp anordnas.
- ✓ att genomförda samråd dokumenteras.
- ✓ att brukare och/eller deras företrädare som erhåller kost hos utföraren har möjlighet att påverka i kostfrågor, t ex när det gäller maträtter, portionsstorlek, måltidsordning, måltidsmiljö etc.

14. Kvalitetskrav DOKUMENTATION AV NÄRINGSBEHOV:

När brukare för första gången ska tillhandahållas kost ska utföraren inhämta information om brukarens önskemål beträffande kosten samt eventuella matproblem och behov av specialkost. Mätning enligt BMI ska erbjudas till brukare som flyttar in i en särskild boendeform inom en tvåveckorsperiod från inflyttandet. När brukare har genomgått mätning enligt BMI ska dennes näringsstatus dokumenteras fortlöpande. Använd nationella kvalitetsregistret Senior Alert som är ett riskbedömningsinstrument för bland annat undernäring

Kravuppfyllelse dokumentation av näringsbehov:

- ✓ att brukarens önskemål beträffande kosten samt eventuella matproblem och behov av specialkost dokumenteras vid ankomstsamtal.
- ✓ att brukarens önskemål om mätning enligt BMI dokumenteras.
- ✓ att utföraren fortlöpande dokumenterar näringsstatus för brukare som erbjudits och genomgått mätning enligt BMI. Dokumenteras i genomförandeplanen.
- ✓ . Riskbedömning för undernäring sker i Senior Arlet

15. Kvalitetskrav PERSONALENS KOMPETENS:

Utföraren ska tillse att personalen har grundläggande kunskap om livsmedelshygien och kosthållning, samt basala hygienregler.

Kravuppfyllelse personalens kompetens:

- ✓ att utföraren ser till att personalen har och underhåller (fortbildning och vidareutbildning) den utbildning, erfarenhet och kompetens som behövs för att utföra tilldelade arbetsuppgifter.
- ✓ att all personal har kunskaper om socialnämndens kvalitetskrav för kost inom Särskildaboendeformer, dagcentral, dagverksamhet

Kravuppfyllelse personalens kompetens för mathantering i särskilda boendeformer och dagcentraler och dagverksamhet

- ✓ att utföraren ombesörjer att personal som utför matlagning har kunskaper om livsmedel och livsmedelshygien, samt basala hygienregler.
- ✓ att all personal har kunskaper om "Socialnämndens kvalitetskrav för kost inom särskilda boendeformer, dagcentraler och dagverksamhet".