

Retningslinjer for skolemåltidet

i grunnskole og videregående skole

Skolemåltidet

- er et sentralt element i skolehverdagen når det gjelder å skape et godt lærings- og oppvekstmiljø for elevene.
- har betydning for barn og unges kosthold og helse på kort og lang sikt.
- bygger på at elevene har med seg matpakke, og at skolen tilbyr melk, frukt, grønnsaker og mat til dem som ikke har med seg matpakke hjemmefra.
- innebærer at elevene er sikret nok tid til å spise og tilsyn i matpausen.

Skolene bør tilby elevene:

- Minimum 20 minutter matpause
- Fullt tilsyn i matpausen i 1.–4. klasse, helst også på høyere klassetrinn
- Frukt og grønnsaker
- Lettmelk, ekstra lett lettmelk eller skummet melk
- Enkel brødmatt
- Tilgang på kaldt drikkevann
- Et trivelig spisemiljø
- Måltider med maksimalt 3–4 timers mellomrom
- Kantine eller matbod på ungdomsskole og videregående skole

Skolene bør ikke tilby elevene:

- Brus og saft
- Potetgull, snacks og godteri
- Kaker, vafler og boller til daglig

Skolekantina bør ha et mattilbud basert på:

- Varierte og grove brødvarer
- Lettmargarin eller myk margarin
- Variert pålegg
- Frukt – hele, i stykker eller som pålegg og tilbehør
- Grønnsaker – skåret opp og lagt i vann, som pålegg, salat eller varmrett
- Skummet melk, ekstra lett lettmelk og lettmelk
- Juice og kaldt drikkevann

Forankring i regelverket:

Lov om grunnskolen og den videregående opplæringen (Opplæringsloven) av 17. juli 1998.

Kapittel 9a. Elevene sitt skolemiljø, med § 9a-1 til § 9a-9, blir føyd til ved lov etter resolusjon av 20. desember 2002 nr. 1735 og trer i kraft 1. april 2003. Innholdet i kapittel 9a presiseres i de materielle kravene i Forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler m.v.

Forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler m.v.

1. desember 1995 med hjemmel i lov av 19. november 1982 nr. 66 om helsetjenesten i kommunene § 4a-1 annet ledd og §4a-4 annet ledd samt lov av 9. mars 1973 nr. 14 om vern mot tobakkskader § 6 åttende ledd.

Kapittel III Spesielle bestemmelser § 11. Måltid

Det skal finnes egnede muligheter for bespisning som også ivaretar måltidets sosiale funksjoner. Virksomheten skal i nødvendig utstrekning ha tilfredsstillende muligheter for lagring, tilberedning og servering av mat i samsvar med næringsmiddeloggivningen.

Merknader til § 11. Måltid

Sosial- og helsedirektoratets retningslinjer for matsservering og måltider i skole og barnehage bør legges til grunn ved matsservering slik at den ernæringsmessige verdi av måltidet sikres. Lov av 19. mai 1933 nr. 3 om tilsyn med næringsmidler m.v. med forskrifter, herunder generell forskrift av 8. juli 1983 nr. 1251 for produksjon og frambud m.v. av næringsmidler, forskrift av 15. desember 1994 nr. 1187 om internkontroll for å oppfylle næringsmiddeloggivningen og forskrift av 12. november 1997 nr. 1239 om næringsmiddelhygiene, gjelder for tilberedning og servering av næringsmidler. Måltidets sosiale funksjon bør ivaretas ved at det er fysisk tilrettelagt for spising og avsatt tilstrekkelig tid til at trivsel oppnås.

 Sosial- og helsedirektoratet
www.shdir.no



Retningslinjer for skulemåltidet

i grunnskule og vidaregåande skule

Skulemåltidet

- er eit sentralt element i skulekvardagen når det gjeld å skape eit godt lærings- og oppvekstmiljø for elevane.
- er viktig for kosthaldet og helsa til barn og unge på kort og lang sikt.
- byggjer på at elevane har med seg matpakke, og at skulen tilbyr mjølk, frukt, grønnsaker og mat til dei som ikkje har med seg matpakke heimanfrå.
- inneber at elevane er sikra nok tid til å ete og tilsyn i matpausen.

Skulane bør tilby elevane:

- Minimum 20 minutt matpause
- Fullt tilsyn i matpausen i 1.-4. klasse, helst også på høgare klassetrinn
- Frukt og grønnsaker
- Lettmjøl, ekstra lett lettmjøl eller skumma mjøl
- Enkel brødmat
- Tilgang på kaldt drikkevatt
- Eit triveleg miljø i matpausen
- Måltid med maksimalt 3-4 timars mellomrom
- Kantine eller matbu på ungdomsskule og vidaregåande skule

Skulane bør ikkje tilby elevane:

- Brus og saft
- Potetgull, snacks og godteri
- Kaker, vaflar og bollar til dagleg

Skulekantina bør ha eit mattilbod basert på:

- Varierte og grove brøvarer
- Lettmargarin eller mjuk margarin
- Variert pålegg
- Frukt – heile, i stykke eller som pålegg og tilbehør
- Grønnsaker – skorne opp og lagde i vatn, som pålegg, salat eller varmrett
- Skumma mjøl, ekstra lett lettmjøl og lettmjøl
- Jus og kaldt vatn

Forankring i regelverket:

Lov om grunnskulen og den vidaregåande opplæringa (Opplæringslova) av 17. juli 1998
Kapittel 9a. Elevane sitt skulemiljø, med § 9a-1 til § 9a-9, blir føydd til ved lov etter resolusjon av 20. desember 2002 nr. 1735 og trer i kraft 1. april 2003. Innhaldet i kapittel 9a vert presisert i dei materielle krava i Forskrift om miljøretta helsevern i barnehagar og skular m.m.

Forskrift om miljøretta helsevern i barnehagar og skular m.m.

1. desember 1995 med heimel i lov av 19. november 1982 nr. 66 om helsetenesta i kommunane § 4a-1 andre ledd og §4a-4 andre ledd samt lov av 9. mars 1973 nr. 14 om vern mot tobakkskadar § 6 åttande ledd. (Forskrifta er berre på bokmål.)

Kapittel III Spesielle bestemmelser § 11. Måltid

Det skal finnes egnede muligheter for bespising som også ivaretar måltidets sosiale funksjoner. Virksomheten skal i nødvendig utstrekning ha tilfredsstillende muligheter for lagring, tilberedning og servering av mat i samsvar med næringsmiddelovgvingen.

Merknader til § 11. Måltid

Sosial- og helsedirektoratets retningslinjer for matsservering og måltider i skole og barnehage bør legges til grunn ved matsservering slik at den ernæringsmessige verdi av måltidet sikres. Lov av 19. mai 1933 nr. 3 om tilsyn med næringsmidler m.v. med forskrifter, herunder generell forskrift av 8. juli 1983 nr. 1251 for produksjon og frambud m.v. av næringsmidler, forskrift av 15. desember 1994 nr. 1187 om internkontroll for å oppfylle næringsmiddelovgvingen og forskrift av 12. november 1997 nr. 1239 om næringsmiddelhygiene, gjelder for tilberedning og servering av næringsmidler. Måltidets sosiale funksjon bør ivaretas ved at det er fysisk tilrettelagt for spising og avsatt tilstrekkelig tid til at trivsel oppnås.

 Sosial- og helsedirektoratet

www.shdir.no

