

Tillräcklig tid måste avsättas för att hjälpa den enskilde att äta. Hjälpen ska utföras med respekt för den enskildes integritet och självkänsla.

### **Matdistribution till ordinärt boende (matkorg)**

Speciell uppmärksamhet och tillräckligt med tid måste avsättas för hjälp vid måltiden. Hjälpen ska utföras med respekt för den enskildes integritet och självkänsla.

### **Restaurang**

Vid restaurangbesök ska alla matgäster ges möjlighet att följa med fram till serveringsdisken för att själva kunna göra ett aktivt val.

### **Miljö**

Det är viktigt att skapa lugn och ro under måltiden. Måltiden inom särskilt boende ska vara ett tillfälle för social samvaro och gemenskap för de som vill. Vacker dukning och väldoftande mat ökar aptiten. Personalen bör också sitta med vid bordet under måltiden.

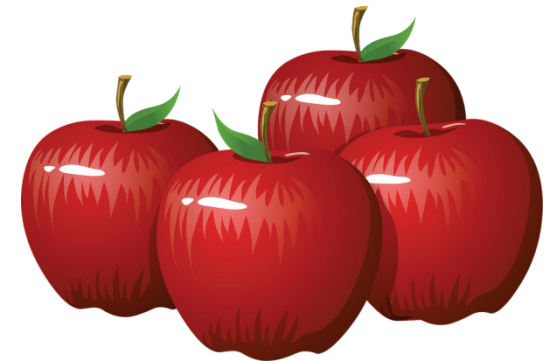
### **Etiska aspekter**

Ett gott bemötande vid måltidssituationen ska bekräfta och tillgodose matgästens speciella behov.



# **Kostpolicy för äldreomsorgen**

*Bra kost för ett bättre liv*



# Kvalitet

## Måltidsordning

I särskilt boende ska tre huvudmål samt tre eller flera mellanmål serveras. Nattfastan får inte överstiga elva timmar.

## Måltidsinnehåll

### *Frukost:*

Mjök och/eller mjölkprodukt, gröt, flingor eller välling, sylt eller mos, smörgås med pålägg, juice och/eller frukt, ägg, kaffe eller te.

### *Middag:*

Kött, fisk eller likvärdig komponent, potatis/ris/pasta, bröd, margarin, grönsaker (kokta och/eller råa), måltidsdryck, efterrätt.

### *Kvällsmål:*

Kött, fisk eller likvärdig komponent, potatis/ris/pasta, bröd, margarin, grönsaker (kokta och/eller råa), måltidsdryck.

### *Mellanmål:*

Exempelvis: Frukt, kaffe, te, mjök, välling, bulle, smörgås, skorpa, kaka, glass, yoghurt.

## Näringsrekommendation

Matgästerna ska erbjudas måltider med energiinnehåll och näringsstäthet enligt gällande näringsrekommendationer.

Undernäring ska förhindras genom identifiering med hjälp av MNA (instrument för att upptäcka undernäring). Åtgärder och uppföljningar ska göras i omvårdnadsplaner.

## Specialkost

Specialkost ges efter individuell medicinsk bedömning och ordination. Personer som av religiösa, etiska eller kulturella skäl inte kan äta normalkost ska erbjudas annan kost.

## Matsedel

Matsedlarna ska vara näringsvärdesberäknade. Det ska finnas två rätter att välja på måndag till fredag. Måltiderna ska komplettera varandra när det gäller smak, färg, konsistens och utseende.

## Varmhållning

Maten bör serveras så snart som möjligt och får varmhållas max en timme efter att den lämnat köket.

# Service

Vid måltiden ska matgästen vara i centrum och ges möjlighet att uttrycka önskemål och behov angående utbud, måltidsmiljö och övriga rutiner. Kostombud ska finnas inom särskilt boende.

## Särskilt boende

Vid bordsservering ska den enskilde själv ta maten ur serveringsfat som ställs på bordet.