

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 brødmat
- 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 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 næringsmiddellovgivningen.

Merknader til § 11. Måltid

Sosial- og helsedirektorats retningslinjer for matservering og måltider i skole og barnehage bør legges til grunn ved matservering 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 framhud m.v. av næringsmidler, forskrift av 15. desember 1994 nr. 1187 om internkontroll for å oppfylle næringsmiddellovgivningen 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

