

Skollunch - måltid med besk eftersmak

VAD?

■ Sedan årsskiftet 1973-74 serveras avgiftsfri mat i Sveriges alla grundskolor.
 ■ Fram till i fjol fanns ingen lag om näringsinnehållet, men nu ska skolinspektionen kontrollera kvaliteten på skolmaten i landets kommuner.

VILKA?

Jennie Andersson. Måltidsinspiratör i Halmstad kommun. Minskade matsvinnet med 23 procent



och Östergårdsskolan, där hon varit områdeschef, fick 2010 Arlas guldko för bästa matglädjeskola i Sverige med motiveringen att "ingenting var omöjligt".



Annika Unt Widell. Dietist och projektledare på Skolmatens vänner. Vill att fler elever ska få alternativa rätter och betona skolmåltidens sociala roll.

Pär Bergkvist.

Matskribent som har provat maten i 100 skolkök. Tycker att "mottagningskök" är ett skällsord och att alla skolkök borde vara "tillagningskök".



Maria Lennernäs. Professor i mat och måltidskunskap med beteendevetenskaplig inriktning vid

högskolorna i Kristianstad och Gävle. Varnar för barnfetma och näringsbrist när skolluncherna hoppas över.

■ Skollunchen spelar stor roll för elevernas prestation och situation i klassrummet, visar ny forskning.

■ Ändå rapporterar många barn om stress, ofräscha skolmatsalar och att maten ofta tar slut.

■ Denna månad granskar skolinspektionen om kommunerna följer den nya lagen som säger att skolmaten dessutom ska vara näringsriktig.

När kostekonomen Jennie Andersson blev områdeschef för Östergårdsskolans tillagningskök i Halmstad i augusti 2009 kände hon att hon inte kunde stå för den mat som serverades.

– Att värma halvfabrikat gör ingen stolt. Jag förklarade att jag var tvungen att förändra matlagningen eller sluta min tjänst, berättar hon.

Förvaltningschefen gav henne fria händer så länge Jennie Andersson höll sig inom den befintliga budgetens ramar för de 2 000 portioner som köket varje dag lagade.

Första åtgärden blev att baka brödet på plats.

– Doften av nybakat gav snabb och positiv respons från elever och lärare. Efter det var det lätt att få med sig skolkökspersonalen i förändringsarbetet.

Frysst fisk byttes ut mot färsk, pulver-såser ersattes med hemlagade, potatismoset började göras på närproducerad potatis och färska kryddor användes ofta i stället för färdiga kryddmixer.

– Råvaror är oftast billigare än halvfabrikat. Färdiga köttfärsbiffar kostar 40 kronor kilot, närproducerad fläskfärs 30 kronor kilot. Det blev succé när vi under sportlovet gjorde 300 kilo färsbiffar och serverade måndagen efteråt, säger Jennie Andersson.

Hon pratar om vikten av att se helheten och inte bara tänka på maten på tallriken. Smörgåsmargarinet serveras numera i porslinsaskålar och brödet läggs upp i brödkorgar. På borden i Östergårdsskolans matsal finns ljus och dukar.

– Målet är att ge restaurangkänsla och bemöta gästerna på ett trevligt sätt, säger Jennie Andersson, som i höstas fick branschtidningen Restaurangvärldens pris "Årets kostprofil 2011".

Priset ska inspirera andra i Mat-Sverige att utveckla kosten. Och det kan behövas.

Sedan fria skolmåltider infördes för alla i Sverige vid årsskiftet 1973-74 serveras det nu årligen 260 miljoner skolluncher i landet. Skolköken får göra matinköp för 4-13 kronor per portion och skillnaderna mellan skolmatsalarna är stora.

Matskribenten Pär Bergkvist som tidigare provat "100 Michelinstjärnor" och betygsatt flera av världens bästa restauranger bestämde sig för ett år sedan på dotterns inrådan för att testa maten på 100 skolrestauranger.

– 10 procent av maten var undermålig, nästan oätlig, 10 procent var jättebra och 80 procent var acceptabel. Men det stora problemet där är inte de

10 undermåliga procenten, utan den jättestora tårtbiten på 80 procent där man skulle kunna göra så mycket mer, säger Pär Bergkvist, som presenterade sina omdömen i bloggen "100 skolkök på 1 år".

Snöstorpskolan i Halmstad, som får sin mat från Jennie Anderssons kök på Östergårdsskolan, korades till "Årets lilla skolkök".

– Jennie Andersson är en av många viktiga eldsjälar. Men det räcker inte med bra kostchefer. Skolledarna måste ta till sig forskningen om hur god skolmat kan kopplas till goda studieresultat, säger Pär Bergkvist, som tycker att skolluncherna skulle schemaläggas med obligatorisk närvaro från lärare och skolledare.

Annika Unt Widell, som är dietist och projektledare på LRF-finansierade "Skolmatens vänner", vittnar om hur mycket skolluncherna betydde för henne när hon som nioåring kom till Sverige från Estland.

– De var utmärkta tillfällen att lära sig hur man säger hej, vad man pratar om runt matbordet, hur man äter och annat som man som invandrare inte kan läsa sig till. Skolmaten är för övrigt extra viktig för elever som kommer från socioekonomiskt svaga grupper, säger hon.

När hemsidan braskolmat.se 2009 lät 4 000 elever betygsätta skolmåltider svarade nästan hälften av eleverna att det inte alltid fanns tillräckligt med mat. En majoritet uppgav också att man måste stressa med maten och att det inte fanns sittplats för alla. Bara en tredjedel tyckte att matsalarna kändes fräscha och välstädade.

"Skolmatens vänner" kartläggning visar också att en av tre som arbetar i skolköken saknar utbildning.

– Många säger att de kommunala skolköken blir avstjälningsplatser för anställda som inte fungerar på andra ställen, säger Annika Unt Widell.

Personalens utbildningsnivå har om möjligt blivit ännu viktigare nu sedan lagen som säger att skolmaten ska vara näringsriktig i somras trädde i kraft. Enligt "Skolmatens vänner" enkät var det i april i fjol bara 30 procent av skolorna som alltid näringsberäknade maten.

Ett annat stort problem är att bara en av fyra elever erbjuds alternativa rätter.

– Få vuxna skulle acceptera att dag ut och dag in bara ha en rätt, menar Annika Unt Widell. 12 procent – närmare 120 000 elever – hoppar varje dag över skollunchen helt.

Tio procent av maten var undermålig, nästan oätlig.

Maria Lennernäs, som är professor i mat och måltidskunskap med beteendevetenskaplig inriktning vid högskolorna i Kristianstad och Gävle, oroas över utvecklingen.

– Eleverna blir rastlösa och irriterade och inlärningsförmågan minskar om de inte får i sig energi och livsviktiga näringsämnen från mat. Hungern trigger hormoner som driver oss att leta efter snabb energi som quick-fix. Hoppar man över måltider ökar suget efter fett och socker och många köper då godis och läsk. Risken för fetma ökar, säger hon.

Lennernäs har för livsmedelsverket skrivit rapporten "Lunch och lärande".

Där berättar hon att allt fler elever är överviktiga, samtidigt som de kan vara undernärda. Övervikten påverkar inte bara självbilden och risken att bli utsatt för mobbing.

– Vi ser även en koppling mellan fetma och sämre studieresultat, säger Maria Lennernäs och påpekar att det handlar om att redan i unga år grundlägga goda vanor.

Fetma påverkar nämligen ämnesomsättningen och på sikt även hjärnans funktioner. Närproducerat och ekologiskt i all ära – skolrestaurangerna måste fokusera på att skapa en trevlig miljö och attraktiva maträtter.

– En bullrig och stressig skolrestaurang med för lite valfrihet skapar sällan tid för återhämtning och lust att äta. Påsk, jul och fredagsmys är något barnen tar till sig för

att måltidssituationerna upplevs som mysiga och positiva. Smakar maten inte gott ligger det nära till hands att man tar en

chokladbit och hoppar över skollunchen, påpekar Maria Lennernäs.

När tidningen Kamratposten gjorde en undersökning om skolmaten svarade många elever att de undviker matsalen för att de inte har någon att äta med.

Där kan möjligtvis systemet med lunchkuponger där eleverna själva bestämmer var de ska äta fylla en funktion. Men "Skolmatens vänner" Annika Unt Widell är skeptisk.

– Jag tycker att det är oroväckande. Många elever väljer snabbmat framför vällagad husmanskost. Och måltiden ska inte vara en bukfylla, utan en pedagogisk stund där vi möts och där barnen kan prata med vuxna om annat än matteläxan, säger hon.

Skolinspektionen ska i februari och mars i år ringa och åka runt till 96 kommuner i landet för att se hur den nya lagen om näringsriktig skolmat efterlevs.

I Halmstad har man i alla fall förstätt hur mycket skolmaten betyder. Jennie Andersson utsågs i fjol till måltidsinspiratör och politikerna har satsat en miljon om året under fyra år i ett projekt som heter "Matglädje". Målet är att maten till elever och gamla ska lagas från grunden i kommunens alla 50 kök.

– I dag lagas vår skolmat med kärlek och kockarna är stolta över maten de serverar, säger Jennie Andersson.



Karin Sörbring

karin.sorbring@expressen.se

HALVFABRIKAT. 1970-talets centralisering av skolköken gjorde att man använde allt mer hel- och halvfabrikat. Foto: ERICH STERING

LÄS TIDIGARE DOKUMENT
EXPRESSEN.SE

De svälter sig för att kunna dricka

Kärnfrågan som delar Sverige itu

Nu behöver hon ingen bodyguard

Wordfeud lockar nät-pedofilerna