

Anpassade måltider

Med anpassad måltid avses anpassningar som bedöms vara nödvändiga för att individen ska klara sin skolgång eller vistelse på förskolan. Utöver själva måltiden kan sådana anpassningar även innefatta måltidsmiljön.

Anpassade måltider omfattar även andra kostavvikelser, grundande i exempelvis etiska ställningstaganden och religion.

Politiska åskådningar och etiska eller filosofiska värderingar som inte har samband med religion omfattas inte av diskrimineringslagens skydd.

Vid anpassningar för religiösa skäl räknas ett vegetariskt alternativ som en fullgod anpassad måltid.

Anpassade måltider erbjuds till barn/elever som på grund av fysiska, sensoriska, kognitiva eller utvecklingsbetingade funktionsnedsättningar har svårigheter att äta och/eller delta i den ordinarie måltiden.

Det är vanligt att barn/elever med exempelvis ADHD eller en diagnos inom autismspektrumet har problem med mat och situationer kring måltider. Det kan finnas flera orsaker till problemen och det är viktigt för barnet/eleven att dessa utreds noga och att i samverkan hitta en strategi som fungerar både för barnet/elevens behov och för måltidsverksamheten.

Det långsiktiga målet ska vara att utöka variationen i kosten, med utgångspunkt i den befintliga matsedeln.

Ansvar vid anpassade måltider

Anpassade måltider ska betraktas som en del av skolans arbete för inkludering och likvärdighet, snarare än som undantagslösningar.

I skolan är det rektor tillsammans med mentorer/pedagoger, som med stöd av elevhälsoteamet ansvarar för bedömningen av vilka behov eleven har för att klara skolgång och uppsatta mål. I förskolan kan rektor med föräldrars samtycke ta kontakt med barnhälsovården för samverkan och dialog.

Planeringen för eleverna bör ske i samråd mellan skola och kök. Servering av anpassad måltid kan ske redan vid misstanke om diagnos.

Arbetsätt vid behovsanpassad måltid

Både själva maten och måltidsmiljön innebär många intryck som kan vara problematiskt för barn/elever med någon form av funktionsvariation. Innan rätter utesluts ska anpassningar i måltidssituationen ses över.

Måltidsmiljö

En anpassning i måltidsmiljö kan exempelvis vara att barnet/eleven erbjuds:

- bestämd plats i skolrestaurangen
- att slippa stå i kö
- lugnare måltidsmiljö (mindre lokal, möjlighet till avskärmning)
- pedagog som äter med barnet/eleven
- tillräckligt med tid för måltiden

Oblandad mat eller 5-dagars rullande meny

När anpassningar i måltidssituationen inte ger resultat erbjuds oblandad mat utifrån befintlig grundmeny, alternativt en 5-dagars rullande meny.

- Mån- Köttbullar och makaroner
- Tis- Pannkakor med sylt
- Ons- Panerad fisk med kokt potatis
- Tors-Hamburgare med bröd
- Fre- Chicken nuggets med ris

Om något av ovanstående rätter inte heller fungerar, finns det möjlighet att byta till potatisbullar.

Individuellt anpassad matsedel

I vissa fall kan en helt individanpassad matsedel utifrån befintlig meny behövas. Det erbjuds när varken förändringar i måltidsmiljön, oblandad mat eller en rullande 5-dagars meny ger resultat.

Tänk på att det är positivt när barnet/eleven väljer att äta den mat som serveras enligt ordinarie meny, det kan främja ätandet framöver, även om det innebär ett svinn den aktuella dagen.

En anpassad måltid har inte ett garanterat näringsinnehåll. Det är i stället prioriterat att barnet/eleven får i sig tillräckligt med energi för tillväxt och utveckling och för att klara av skol- eller förskoleverksamheten.

Referenser:

Kost och Närings nationella rekommendationer för hantering av specialkost och anpassade måltider i förskola och skola. Version 2.1. Mars 2026

Postadress
Box 31
S-668 21 ED

Besöksadress
Storgatan 27

Telefon
+46 (0)534 -19000

Bankgiro
534-4072
Org.nr
212000-1413

Internet: www.dalsed.se

E-post: kommun@dalsed.se