

Retningslinjer for kost på Lykkegard

Version 1
11.01.2021
Udarbejdet af ledelsen

Indholdsfortegnelse

1.	Retningslinjer for kost på Lykkegard.....	3
2.	De officielle kostråd.....	3
3.	Formål.....	3
4.	Fødevarestyrelsen	3
5.	Fødselsdag	4
6.	Gæster til måltider.....	4
7.	Hente/bringe madvarer	4
8.	Hygiejne	4
9.	Indkøb.....	5
10.	Jul.....	5
11.	Kostpenge.....	5
12.	Links.....	5
13.	Madplaner	5
14.	Medarbejdere.....	6
15.	Mellemmåltider	6
16.	Nytårsaften	6
17.	Religion, diæter m.m.	6
18.	Restemad.....	6
19.	Selv- og medbestemmelse.....	6
20.	Slik/kager	7
21.	Varieret kost	7
22.	Økologi.....	7

1. Retningslinjer for kost på Lykkegard

Fælles for kosten på Lykkegard er, at den tager udgangspunkt i anbefalinger for institutionskost.

Det er vigtigt at beboerens meninger om kosten høres. Det pædagogiske personale har en vigtig opgave i at videregive beboerens oplevelse af maden til køkkenpersonalet, så de har noget at arbejde ud fra.

Vi tilbereder mad af sunde og gode råvarer og følger op på relevante tiltag om kost. Der bliver taget hensyn til allergier og andre grunde til, at der kræves en særligt tilrettelagt kost. Der laves individuelle aftaler ved diæt, sukkersyge m.v.

Vi bruger fællesskabet omkring spising som en relationsskabende aktivitet og følger de sociale regler på området. Vi tilbyder sjældent slik og sodavand, vi bager i stedet en kage, tilbyder frugt, laver popcorn eller spiser en is.

2. De officielle kostråd

1. Spis planterigt, varieret og ikke for meget
2. Spis flere grøntsager og frugter
3. Spis mindre kød – vælg bælgfrugter og fisk
4. Spis mad med fuldkorn
5. Vælg planteolier og magre mejeriprodukter
6. Spis mindre af det søde, salte og fede
7. Sluk tørsten i vand

3. Formål

Måltider er som udgangspunkt en del af det sociale fællesskab i afdelingerne, og der er fokus på at understøtte den enkeltes muligheder for deltagelse i dette fællesskab. Individuelle aftaler er altid drøftet i teamet/ledelsen og har til formål at understøtte muligheden for fremtidig deltagelse i det sociale fællesskab på det niveau der giver mening for den konkrete beboer.

Det tilstræbes at beboerne ikke spiser på værelserne, såfremt andet aftales skal dette beskrives.

4. Fødevarestyrelsen

Lykkegard er registreret som en fødevarer virksomhed, og vi skal derfor følge de regler der er på området. Se yderligere ift. egenkontrol, opbevaring af madvarer m.m. I hvert køkken er der en mappe som alle skal læse.

Der er stort fokus på vores håndtering af madvarer og fødevarestyrelsen kan komme forbi den enkelte afdeling og tjekke op på procedurer og håndtering af madvarer. Det er derfor særligt vigtigt at der er opmærksomhed omkring dette.

Følg vores "smiley ordning" via hjemmesiden:

<https://www.findsmiley.dk/Sider/KontrolRapport.aspx?Virksomhed1736934>

5. Fødselsdag

På Lykkegard fejrer vi beboernes fødselsdag ved blandt andet at tilbyde dem mulighed for at vælge deres yndlingsret til aften. Dette skal aftales individuelt med køkkenet, senest 14 dage før. Menuen skal holdes inden for fornuftige rammer, og ud fra beboerens egne ønsker.

Der kan bestilles ingredienser til fx boller og/eller lagkage. Nogle gange har køkkenet tid til at lave dette, andre gange må det forventes at skulle laves i den enkelte afdeling.

Kage til uddeling i skole/arbejde:

Dette skal aftales individuelt med køkkenet, senest 14 dage før. Kan dette ikke nås, er det kontaktpersonen for den konkrete beboer, der må beslutte om der kan købes til uddeling, eller om der er tid i den enkelte afdeling til dette.

6. Gæster til måltider

Deltagelse af gæster ved måltider skal så vidt muligt planlægges i god tid, så de øvrige beboere er trygge ved det og så køkkenet kan informeres.

I de afdelinger hvor beboerne er over 18 år og hvor enkelte personer deltager kontinuerligt, såsom kærester, gode venner m.m. betales der for deltagelse ved måltider ud fra følgende takster:

Weekend: fredag aften til søndag aften:..... 100 kr.

Hverdag: morgenmad, frokost og aftensmad: 60 kr.

Aftensmad: 40 kr.

Det afregnes kontant i afdelingen.

7. Hente/bringe madvarer

Køkkenet står for koordinering af udbringning af madvarer, eller aftaler om at de bliver hentet.

8. Hygiejne

Hvis beboerne er en del af madlavningen, er der en række hygiejnekrav, som skal opfyldes.

Beboerne kan inddrages i madlavningen under forudsætning af, at:

- Inddragelsen af beboerne skønnes hygiejnisk forsvarlig i det konkrete tilfælde. Blandt andet skal der være så meget plads i køkkenet, at man kan holde råvarer og tilberedt mad adskilt, selv om der er mange om at lave maden.
- Der er medarbejdere til stede under tilberedningen, som kan hjælpe og guide beboerne tilstrækkeligt i forhold til hygiejne.
- Medarbejderne sikrer, at maden fremstilles på en hygiejnisk forsvarlig måde.
- Beboerne opfylder de samme krav til personlig hygiejne som medarbejderne.
- Madlavningen har et pædagogisk formål.

Det er vigtigt, at beboerne lærer at vaske hænder grundigt:

- før madlavningen.
- imellem urene og rene processer.
- efter toiletbesøg.
- efter nys og hosten.

Det er vigtigt, at beboerne lærer:

- at næse- og hårpilleri ikke foregår under madlavning.
- at rå æg, kød og fisk kræver ekstra opmærksomhed.
- at forklæder er praktiske.

I nogle tilfælde kan det være nødvendigt, at beboerne kun får opgaver, der indebærer en begrænset hygiejnisk risiko fx at skære brød, frugt eller grønsager.

9. Indkøb

Alt indkøb foregår som udgangspunkt gennem køkkenet. Ved behov for individuelle hensyn skal disse aftales med ledelsen. Ved samkøb opnås der rabat, samt større mulighed for overblik over indkøb, spild og prioriteringer.

Der indkøbes kun specialvarer i det omfang det kan gøres inden for fornuftige økonomiske rammer og med fokus på relevans for målgruppen i den enkelte afdeling.

10. Jul

Juleaften er spækket med traditioner og holdes ud fra disse, det samme er gældende menuen.

December kan være en måned med mange tilbud om slik, kage, ekstra mad osv. Der aftales i de enkelte afdelinger, således at de børn/unge/voksne der bor på Lykkegard oplever en struktur og trygge rammer omkring mængder og tidspunkter.

11. Kostpenge

Kostpenge er penge som barnet/den unge under 18 år kan få overført til forældre/værg, hvis de i flere sammenhængende døgn ikke spiser på Lykkegard. Se mere om dette i personalehåndbogen.

Det er afdelingens ansvar at give køkkenet besked, når beboerne ikke er deltagende ved måltiderne.

12. Links

Overordnet følges sundhedsstyrelsens retningslinjer for institutionskost:

https://www.sst.dk/da/udgivelser/2016/-/media/Nyheder/2016/Anbefalinger_institutionskost.ashx

13. Madplaner

Køkkenet udarbejder madplaner, som senest fredag inden en ny uge er at finde på opslagstavlen på P4U.

Madplanerne følges altid, med mindre andet aftales akut, dette gælder også tilbehør. De børn/unge/voksne der bor på Lykkegard har generelt behov for genkendelighed og tryghed. Kosten er en vigtig del af dette, derfor ser

maden ens ud fra gang til gang og der ændres ikke i konsistens, tilbehør eller tilføjes smag som ikke før har været tilført retten.

Det er forskelligt i hvilket omfang den enkelte er påvirkelig ift. ovenstående, og der kan tages individuelle hensyn, såfremt det ikke påvirker de øvrige beboere.

Madplanen indeholder menuen til aftensmåltidet, derudover er der mulighed for at tilføje en salat, en kage, et brød eller andet, som kan tilberedes sammen med beboerne.

Hvis en beboer ikke kan spise det der er på madplanen tilbydes i stedet rugbrødsmadder.

14. Medarbejdere

Der tages som udgangspunkt ikke individuelle hensyn til medarbejdernes kost. Såfremt en medarbejder ikke kan spise det der er på menuen, kan denne i stedet spise samme alternativ som beboerne.

15. Mellemmåltider

Der tilbydes frugt og grønt til snacks/mellemmåltider.

16. Nytårsaften

Der aftales, med udgangspunkt i beboernes ønsker i de enkelte afdelinger, hvilken menu der skal tilbydes. Køkkenet tages med på råd/sparring ift. ideer, muligheder, tilberedning og indkøb.

17. Religion, diæter m.m.

Ved tilberedelse af kost tages hensyn til religion, diæter, allergier m.m. Det er den enkelte afdelings ansvar at informere køkkenet konkret om dette. Køkkenet kan bede afdelingen om deltagelse i tilberedning af særlig kost, såfremt det ikke kan nås inden for den afsatte tidsramme.

Generelt/fast indkøb af specialvarer, fx glutenfrit brød, veganske alternativer m.m. aftales ved visitation, heri beskrivelse særlige hensyn i kost, med indvirkning på takst.

Markant ændring i kosten drøftes i de enkelte afdelinger og beskrives i statusrapport, samt indsatsmål.

18. Restemad

Vi har fokus på at begrænse madspild. Der er planlagt 2 dage med "restemad" i hver afdeling. Denne dag tilbydes der rester fra de dage der er gået. Såfremt der ikke er rester nok, suppleres der med rugbrød, spejlæg, pasta eller lign.

19. Selv- og medbestemmelse

Beboernes mening om maden høres ved måltider og er som fast punkt på de månedlige beboermøder. Der tages således udgangspunkt i børnene/de unges selv- og medbestemmelse.

Kosten er varieret og afspejler den kost der serveres i de danske hjem, med mulighed for at lave retter der er anderledes, med ønsker fra børnene/de unge.

Maden tilberedes, så de beboere der en dag selv kan stå for madlavning, kan genkende det og følge en opskrift på retten. Der benyttes således den samme opskrift fra gang til gang.

Det kan være forskelligt, hvor meget de børn/unge der bor på Lykkegard kan deltage i madlavningen. Der tages hensyn til dette i den enkelte afdeling. Det kan ikke forventes, at køkkenet kan tage individuelle hensyn til graden af tilberedning til den enkelte afdeling. Der indgås dialog om hensyn, muligheder og afdelingens egen deltagelse i disse.

Det tilstræbes, at der skabes mulighed for maddage i det omfang den enkelte beboer har kompetencer til dette. En maddag kan også være en dag, hvor beboeren er med i køkkenet når maden anrettes, salaten skæres, pastaen koges osv. Indsatsmål sættes efter den enkelte beboers forudsætninger.

Der kan i nogle afdelinger være behov for opdeling af fødevarer, så beboere har deres eget køleskab, "kasse", hylde eller lign. Beboerne skal til enhver tid kunne komme til mad og drikke, hvilke madvarer m.m. aftales mellem kontaktperson og beboeren.

20. Slik/kager

Der spises slik og kager i begrænset omfang. Dette er beskrevet og nedskrevet i den enkelte afdeling.

21. Varieret kost

For at understøtte en god og varieret daglig kost, følger vi som udgangspunkt sundhedsstyrelsens 10 kostråd.

I anbefalingen beskrives de 10 kostråd, som er gode at tage udgangspunkt i den daglige kost til børn/unge, hvor der ikke er behov for særlige hensyn.

22. Økologi

Der handles ind med omtanke. Når det er muligt, ud fra økonomi og med øje for gode råvarer, kan der indkøbes økologisk.