

KOSTPOLITIK 2024-2028

SØDISBAKKE



Vi er med på mærkerne

Her bruger vi 60-90 % økologiske råvarer

CENTRALKØKKENET

Køkkenkoordinator Line Steinweg Jensen

HVORFOR EN KOSTPOLITIK?

I 2007 blev det besluttet, at alle offentlige køkkener skal have en kostpolitik. Fødevarerministeriet har de sidste år sat fokus på området kost i de offentlige køkkener, dels for at skabe en sundere livstrivsel, men også for at indføre økologi og bæredygtighed.

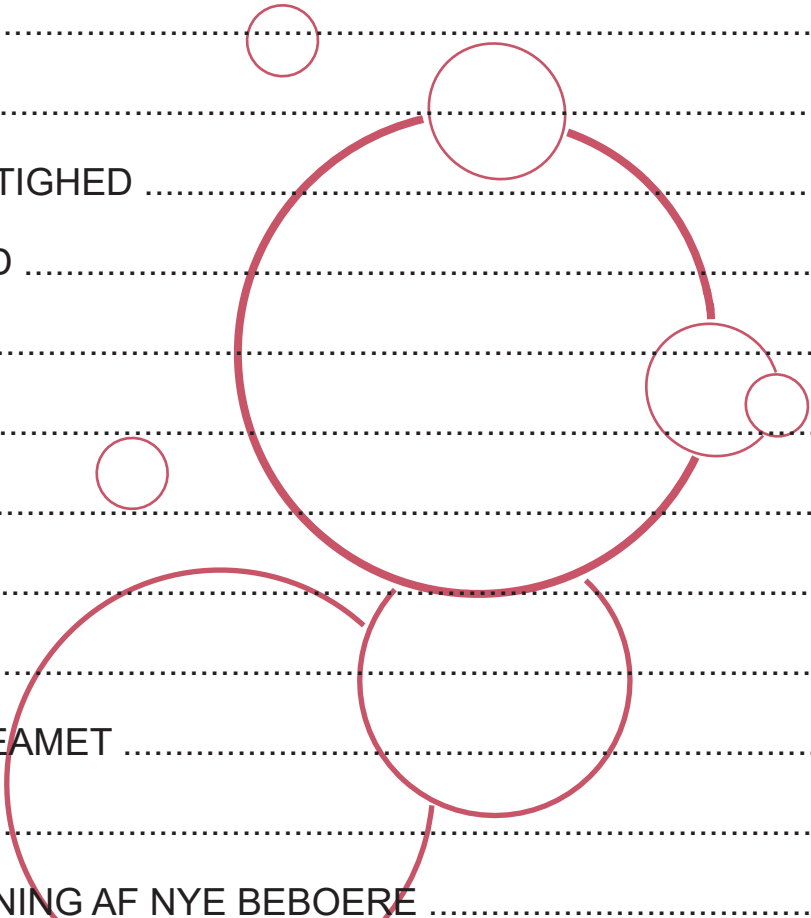
Kostpolitikken skal minde os om at vi konstant skal udvikle os som køkken og leve op til de beslutninger der bliver taget af regionen og staten. Personalet skal være i trit med tiden og udvise ansvar for de borgere vi servicerer i dagligdagen.

Kostpolitik er udarbejdet af
køkkenkoordinator Line Steinweg Jensen



INDHOLD

PRINCIPPER	4
MÅLSÆTNINGER	5
ØKOLOGI OG BÆREDYGTIGHED	6
DE OFFICIELLE KOSTRÅD	7
FNs VERDENSMÅL	8
MÅLTIDSLEVERING	9
KOSTPLAN	10
BEBOERKOST	11
SKÅNEKOST	12
MAD- OG BESTILLINGSTEAMET	13
KØKKENPERSONALE	14
TJEKLISTE TIL INDSKRIVNING AF NYE BEBOERE	15



PRINCIPPER

Vores køkken tager udgangspunkt i de officielle kostråd, bl.a. ift. Indkøb, hvor vi vælger magre mejeriprodukter, fuldkorn, magert kød og kødpålæg.

Vi lægger vægt på, at maden er sund og ernæringsrigtig ud fra kostrådene, og derudover skal maden være veltillavet. Vi bestræber os på, så vidt muligt at lave hjemmelavet varieret mad fra bunden af gode danske, økologiske og bæredygtige råvarer.

Køkkenet forsøger så vidt muligt at ramme hele målgruppen som stræber sig fra unge til ældre. Det kræver stor variation i menuplanen, således der både serveres "mormorretter" og fast food. Dette gøres med stor omtanke, da køkkenet skal have fokus på sundhed og ikke mindst bæredygtighed.

DE OFFICIELLE KOSTRÅD



MÅLSÆTNINGER

Vi er et professionelt køkken og fagpersonale, så vores fornemmeste opgave er altid at kunne levere så mange hjemmelavede produkter som muligt af de bedste produkter. Vi skal arbejde med så gode råvarer som det kan lade sig gøre ift. Vores indkøbsaftale og i henhold til regionens aftale rammer.

Køkkenet på Sødisebakke vil have konstant fokus på udvikling og arbejder løbende med bæredygtighed, i de kommende år vil den fokus bl.a. være på bælgfrugter. Derudover skal køkkenet opretholde fokus på økologi som på nuværende tidspunkt og fremadrettet vil være 70-75 %.

Centralkøkkenet skal være den gode leverandør til beboerne, vores pædagogiske kollegaer på afdelingerne og vores kollegaer i serviceafdelingerne. Dette skal ske gennem god dialog, imødekommenthed og ved at køkkenet bidrager til information og videndeling til hele Sødisebakke.

Køkkenet skal i de kommende år have fokus på den forandringsfase der sker, med en yngre beboersammensætning, samt etniske forskelle og andre større hensyn der skal tages i forhold til beboersammensætningen.

Endnu en målsætning for kostplan og kostpolitik vil være at den skal tages op til revision en gang om året.

ØKOLOGI OG BÆREDYGTIGHED

I 2020 var vores vare forbrug 60% økologisk, i 2023 nåede køkkenet 75 %, dermed har køkkenet nået målet om minimum 70% økologi ved udgangen af 2022. Køkkenet har ikke planer om en højere økologi procent, men derimod en fastholdelse af de 75 % økologi.

Køkkenet sætter nu sit fokus på bæredygtighed, hvilket bl.a. indebære:

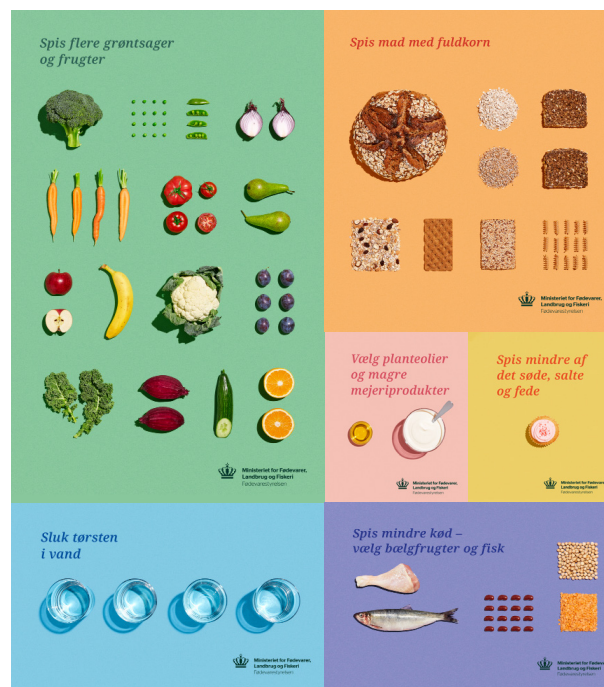
- Nærhedsprincippet
- Danske produkter
- Bælgfrugter
- Nyere køkkenudstyr med lavere strømforbrug
- Reducering af engangsemballage



DE OFFICIELLE KOSTRÅD

I praksis udfører vi de officielle kostråd således:

- Spis planterigt, varieret og ikke for meget (jf. kostplan)
- *Køkken og afdelingsansvar*
- Spis flere grøntsager og frugter (jf. mellemmåltider)
- *Køkken og afdelingsansvar*
- Spis mindre kød - vælg bælgfrugter og fisk (jf. kostplan)
- *Køkken og afdelingsansvar*
- Spis mad med fuldkorn
- *Køkken og afdelingsansvar*
- Vælg planteolier og magre mejeriprodukter
- *Køkken og afdelingsansvar*
- Spis mindre af det søde, salte og fede
- *Køkken og afdelingsansvar*
- Sluk tørsten i vand
- *Afdelingsansvar*



FNs VERDENSMÅL

Vi sætter særligt fokus på 3 mål ud af FNs 17 verdensmål:



Mål 2: Stop sult

Ekstrem hungersnød er fortsat en barriere for udviklingen i mange lande. FNs Verdensmål vil afskaffe alle former for sult inden 2030 og sikre, at alle mennesker har adgang til tilstrækkelig og nærende mad. Dette kræver bl.a. bæredygtige fødevarerproduktionssystemer og modstandsdygtige landbrug.*

Hvad gør vi: Vi kan understøtte dette mål ved at bakke op om den bæredygtige produktion af fødevarer, med fokus på at købe lokale og sæsonbestemte produkter for at mindske unødige langdistancetransport af råvarer. Desuden arbejder vi løbende på at øge andelen af økologiske varer i vores sortiment, for på den måde at hjælpe med at forbedre og bevare sunde økosystemer og landbrugsforhold.

Mål 12: Ansvarligt forbrug og produktion

Bæredygtig udvikling kræver, at vi ændrer på den måde vi producerer og forbruger varer på. At tilskynde virksomheder og forbrugere til at genbruge og reducere deres affald er vigtigt ift. at passe på naturressourcer, og en halvering af det globale madspild er vigtig for at skabe mere effektive forsyningskæder.*

Hvad gør vi: Vi arbejder løbende på at reducere brugen af engangs- og plastikemballage, samt at sørge for grundig affaldssortering og genanvendelse af materialer fra køkkenet. Vi tilpasser og gentænker vores menuer til både beboere og personale, for at mindske madspild, og er opmærksomme på at indgå i bæredygtige indkøbsaftaler i samarbejde med Region Nordjylland.

Mål 14: Livet i havet

Verdenshavene er en livsvigtig ressource, men i dag bliver der overfisket med omkring 30 procent, hvilket er langt over det niveau, hvor fiskebestandene kan reproducere bæredygtigt. Havforureningen er også ved at nå et alarmerende niveau. Der skal derfor skabes en ramme for bæredygtig forvaltning og beskyttelse af havene og kystnære økosystemer.

Hvad gør vi: Vi er opmærksomme på at indgå indkøbsaftaler, der understøtter lovligt og bæredygtigt fiskeri som et led i at stoppe ureguleret fiskeri og overfiskeri, og dermed genoprette fiskebestande.

*Kilde: <https://www.verdensmaalene.dk/fakta/verdensmaalene>

MÅLTIDSLEVERING

Morgenmad: Afdelingerne står selv for morgenmaden. Produkterne bestilles i køkkenet gennem bestillingsmodulet.

Frokost: Centralkøkkenet leverer varm frokost til beboerne. Afdelingerne kan dog vælge at modtage maden nedkølet og dermed selv varme den til en centrumstemperatur på 75 grader og herefter indfører det i afdelingens egenkontrol. Køkkenet producerer desuden diætkost hvor beboeren får maden leveret i en plasticbakke kun til dem. Grunden bag diætkosten kan være mange bl.a. diabetes eller borgeren har problemer med at dele og spise med andre.

Aftensmad: Afdelingerne serverer enten den nedkølede mad leveret fra køkkenet eller tilbyder rugbrød med pålæg/fiskekonserves. Afdelingerne bestiller selv brød, pålæg og diverse frostvarer gennem bestillingsmodulet.

Mellemmåltid: Knækbrød med tilbehør frugt og grøntsager som afdelingerne bestiller gennem bestillingsmodulet.

Onsdag: Kage – tilvalg i køkkenets bestillingsmodul.

Weekender – lørdag/søndag: Her varmer afdelingerne selv maden, som køkkenet har leveret. Maden skal varmes til en centrumstemperatur på minimum 75 grader, det tjekkes med indstikstermometer og indskrives i afdelingens egenkontrol. Der leveres desuden lørdagsdessert og søndagskage.

Fødselsdage: I køkkenet bestillingsmodul er der tre valgmuligheder for bestilling af fødselsdagskage som beboeren kan tilbyde hele afdelingen. Denne ydelse er en del af kostbetalingen.

Ekstra ydelser af egen betaling: Beboerne har mulighed for at bestille brød og kage, og der er mulighed for at bestille gæstemiddage. Bestilling af brød og kage f.eks. til dagcenter eller gæster bestilles via skema som findes på personalenet. Gæstefrokost bestilles i køkkenets bestillingsmodulet. Beboerne kan desuden efterspørge, om køkkenet kan yde "ønskemiddage" til f.eks. fødselsdage.

KOSTPLAN

Der tages i kostplanen hensyn til højtider, traditioner og beboernes ønsker. Køkkenet tilstræber at lave en varieret kostplan som følger sæsonens udbud. Køkkenet har gennem mange år samarbejdet med PC Data omkring udviklingen af køkkenet bestillingsmodul. Heri indskrives alle køkkenets retter og systemet laver selv de korrekte ernæringsberegninger.

Afdelingerne har 2 muligheder i bestillingsmodulet:

Varebestilling

- a. i varebestillingen kan man finde hele køkkenets sortiment, som afdelingerne kan bestille
- b. køkkenet leverer varer til afdelingerne mandag-fredag. I varebestillingen kan afdelingerne se leveringsdato, samt deadline for bestilling.

Borgerbestilling

- c. her skal afdelingerne sørge for afmelde borgerne i de tilfælde at de ikke er hjemme, samt tilmelde når de ikke er i dagcentre. Her kan afmeldes enkelte måltider, halve og hele dage.
- d. Derudover kan menuplanen ses i borgerbestillingen.

Særlige kosthensyn

Personalet i centralkøkkenet har et tæt samarbejde med afdelingernes pædagogiske personale, så der bliver taget hensyn til den enkelte borgers særlige behov og aktuelle situation. Det kan f.eks. være lægeordnede diæter. Hvis borgeren skal have specialkost, informeres der om dette ved indskrivningen, ellers hvis behovet skulle opstå. Det er muligt at inddrage sygeplejersken eller i særlige tilfælde rekvirere en ekstern diætist, derudover står køkkenet til rådighed med gode råd og stor viden.

BEBOERKOST

Morgenmad, inkl. drikkevarer*:

Cornflakes, havregryn, brød, ost, mælk, surmælksprodukter, juice, æg, øllebrød, Nutella og marmelader

Lun middagsmad inkl. drikkevarer* (kan også fås nedkølet til aften)

Hver lørdag forret eller dessert.

Aftensmåltid, inkl. drikkevarer*

Brød, smør, pålæg, fiskekonserves, pålægschokolade, hjemmelavede frostprodukter, dagens "tilbud" fra køkkenet og grønt.

Mellemmåltider inkl. drikkevarer*

Knækbrød og marmelade, frisk frugt, heriblandt grønsagsbakker, salatbakke.

- Onsdag og søndag hjemmebagt kage
- Helligdagsmåltider og dessert/kage.
- Fødselsdagskage/kakao til alle beboerne på afdelingen
- Her kan beboeren vælge 1 ud af 3 kage- menuer.

* *Drikkevarer: Mælkeprodukter, Juice, saft, kaffe og te*

Vi har et fast sortiment af varer, som afdelingerne kan bestille i bestillingssystemet. Varesortimentet skifter ift. udbud, årstidens sæsonvarer og iht. den gældende indkøbsaftale, og bliver løbende vurderet af Mad -og bestillingsteamet (se side 13).

Prisoversigt for 2024 - ændres årligt

Fuld dagskost (alt ovenstående)	117,34 kr. pr. dag
Morgenmad & mellemmåltid	35,26 kr. pr. måltid
Frokost	41,04 kr. pr. måltid
Aftensmad	41,04 kr. pr. måltid

SKÅNEKOST

I køkkenet på Sødisebakke tilbyder vi skånekost, samt tilbereder diverse diæter.

Køkkenet har på daglig basis 22 beboere som får blød kost. Hermed forstås det, at konsistensen skal være blød, men at maden stadigvæk skal tygges.

Vi har også nogle beboere med tygge/synkebesvær, som får en kostform kaldet gratinkost. Her er konsistensen blød, ensartet og sammenhængende.

Både ved blød kost og gratinkost arbejder vi med anbefalingerne for dysfagi-diæt, som er kost med modificeret konsistens.

Køkkenet tilpasser også diæter til beboere med diabetes type 1 og diabetes type 2.

Desuden er nogle af vores beboere muslimer, hvorfor de får et alternativ til svinekød, når dette er på menuen.

Udover de ovenstående diæter, tager køkkenet også hensyn til andre ønsker og behov fra beboerne, og kan ændre på menuerne, så de er tilpasset den enkelte. På denne måde arbejder vi på at imødekomme så mange forskelligheder som muligt.

Køkkenet bestræber sig altid på at tilpasse maden til den enkelte borger så vidt muligt.

MAD- OG BESTILLINGSTEAMET

Vi har et Mad- og Bestillingsteam, som består af køkkenlederen, en repræsentant fra køkkenet og en repræsentant fra hver afdeling. Her bliver der bl.a. drøftet passende mængder/portionsstørrelser, den forgangne menuplan, kosttilpasning for den enkelte beboer og meget andet. (Brochuren for teamet kan ses på Sødissbakkes hjemmeside). Derudover har afdelingspersonalet altid mulighed for individuelle samtaler/vejledninger i køkkenet om sund mad, spisekultur og ernæringsrigtig kost til den enkelte.

Mad og bestillingsteamet er utrolig givende både for afdelingerne og for køkkenet, det skaber et godt samarbejde og er meget givende i forhold til vidensdeling.



KØKKENPERSONALE

Køkkenpersonalet sikrer kvalitet og sundhedsbevidsthed i køkkenet. Vi har en nytænkende, udviklende og undersøgende tilgang til kosten, hvor vi kan være kreative og nysgerrige på at lave lækre måltider med nutidige og fremtidige opskrifter. Dette er et naturligt emne i medarbejderudviklingssamtalen. Køkkenpersonalet skal løbende opkvalificeres, bla. på bæredygtighed, madspild og økologi.

Som køkkenet prioriterer vi at have en elev. Dels for, at man som ansat i køkkenet på Sødisebakke forpligter sig til at holde sig ajourført med nye tiltag og tidens trends, og dels fordi, vi, som storkøkkenet med flere faguddannede personaler, ligeledes har en samfundsmæssig forpligtelse til at uddanne nye unge mennesker.

Køkkenpersonalet skal bidrage med vidensdeling og sikre sig, at den mad som serveres er af høj kvalitet og med et visuelt udtryk - fra maden forlader køkkenet til den er serveret for beboeren.

KONTAKT KØKKENET

Køkkenkoordinator

Line Steinweg Jensen

Mail: list@rn.dk

Tlf.: 20947023

Centralkøkkenet:

Tlf.: 97 64 58 20

TJEKLISTE TIL INDSKRIVNING AF NYE BEBOERE

Køkkenet har brug for følgende oplysninger:

Fulde navn: _____

Cpr.nr.: _____

Afdeling: _____

Evt. dagcenter: _____

Dato for ankomst: _____

Fuldkost:

Halv kost:

Madallergi, diabetes, kost til anden kultur (fx muslim): _____

Findelt eller gratinkost? _____

Andet: _____



**Området for Voksne med
Udviklingshandicap - Sødisbakke**

Havndalvej 7-9

9550 Mariager

Tlf. 97 64 57 00

sodisbakke@rn.dk