



RINGERIKE
KOMMUNE

Mat og måltider

Retningslinjer for ungdomstrinnet i Ringerike

1. Måltider på skolen skal fremme helse, mat- og måltidsglede.
2. Mat og måltider som serveres på skolen er varierte og i tråd med Helsedirektoratets kostråd.
3. Skolen har skolefruktordninger og/eller oppmuntrer foreldrene til daglig å sende med grønnsaker, frukt eller bær.
4. Skolen følger kommunens felles fagplan i mat og helse.
5. Servering av kaker, kjeks, is, saft, godteri, brus og koffeinholdig drikke bør unngås. Skolen spesifiserer de spesielle anledningene hvor slikt serveres.
6. Elevene våre får tilbud om lett- eller skummet melk og vann til måltider. Vann er alltid tilgjengelig.
7. Elevene våre får god tid til å spise, minst 20 minutter.
8. Turmaten på skolen er i tråd med Helsedirektoratets kostråd.
9. Mat på skolen er lagret, tilberedt, servert og merket i samsvar med regelverk og råd fra Mattilsynet.
10. Skolen tar hensyn til elever som har særlige behov knyttet til mat og måltider.
11. Skolen legger til rette for god håndhygiene og håndvask bør gjennomføres før måltidene.
12. Skolen har en miljøvennlig praksis med lite matsvinn.

Retningslinjene er basert på Helsedirektoratets nasjonale faglige råd for mat og måltider i skolen og samsvarer med læreplanverket. Retningslinjene er nærmere beskrevet i veileder for ungdomstrinnet.

Internt dokument