

**Ekonomi och intern service/måltidsenheten**

Sara Malmkvist, måltidsutvecklare  
Sara.malmkvist@ostragoinge.se  
Tel: 044-775 60 80

**Till Matgäster och andra  
intresserade**

Sida 1 av 3

2018-01-17, Östra Göinge  
Information från måltidsenheten

## I Östra Göinge kommun tillagar måltidsenheten mycket mat från grunden!

### *Egentillagad mat i köken*

Måltidsenheten har under många år arbetat med att minska andelen färdiglagad mat för alla våra kundgrupper och vi har lyckats uppnå en andel av egentillagat på cirka 85 %. Vi förväntar oss att kunna öka andelen egentillagat lite ytterligare framöver. Dock bör förtydligas att det är svårt att uppnå 100 % egentillverkat i ett stort kök. Man måste ha mycket bemanning och ett välutrustat storkök och ibland räcker vi inte till för att kunna tillaga all mat i köken. I dagsläget är större delen av våra huvudkomponenter såsom fisk- och köttretter egentillagade, likaså gäller det våra bikomponenter, såsom potatismos, varma/kalla såser, stuvningar och soppor. Undantag gäller för bearnaise- och holländaisesås som tillreds från pulver, vilka däremot sällan förekommer på matsedeln. Efterrätter inom äldreomsorgen såsom kräm, soppa, pajer och kakor med mera är alltid egentillagade.

### *Vilka maträtter finns på matsedeln och varför?*

#### *Förberedda/färdiglagade produkter*

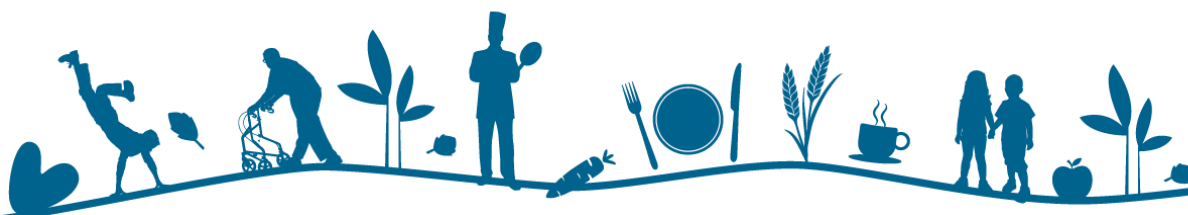
Gemensamt för alla förberedda eller färdiglagade produkter är att vi väljer produkter av hög kvalitet. De ska ha en bra smak och utseende samt inte innehålla onödiga tillsatser. Produkterna innehåller inte konstgjorda smakförstärkare och liknande. Vi eftersträvar också att produkterna ska ha ett råvaruinnehåll som minst motsvarar de egentillagade maträtternas råvaruinnehåll, t ex att köttbullarna innehåller lägst 60% kött eller att andelen panering inte är för hög på färdigpanerad fisk.

#### *Färsrätter*

Att ställa om till mer egentillagat får bland annat konsekvensen att det serveras mer köttfärslåda/limpa och dylikt istället för köttbullar och biffar. "Färsstycksaker" är mer tidskrävande att tillverka än köttfärslåda/limpa och därför köps dessa oftast färdiga.

#### *Äggrätter*

När vi ska servera äggrätter som fläskpannkaka och ugnspannkaka till lunch är det ofta svårt att hinna få all mat färdiglagad i tid om den ska vara 100% egentillagad. Den typen av mat tar väldigt stor plats i våra ugnar. Därför



tillagar vi oftast en del av fläskpannkakan själva och kompletterar med förberedda produkter där tid/utrustning saknas. Tunnpannkaka till dessert köps färdig.

### **Korv**

Korv bör enligt riktlinjerna inte servas mer än 2-3 ggr per månad i förskola och skola. Det beror både på den höga fetthalten, andelen mättat fett samt nitritinnehållet. När det är korv på matsedeln erbjuder vi korv av god kvalitet.

### **Grönsaker och frukt**

Om man väljer grönsaker, rotfrukter och frukt efter säsong är detta en bra klimatsmart åtgärd eftersom det belastar miljön mindre att odla vegetabilier än att föda upp djur till föda. Därför bör vi också försöka minska andelen kött på vår tallrik. I våra recept på köttgrytor, gratänger mm ingår därför oftast grönsaker eftersom det bidrar till vårt klimatsmarta tänk. Baljväxter som ärter och bönor är en bra proteinkälla och därför bör dessa eller andra proteinkällor ingå i maträtter där köttmängden minskas ned av miljöskäl.

Likaså ska vegetariska rätter innehålla bra proteinkällor.

### **Potatis**

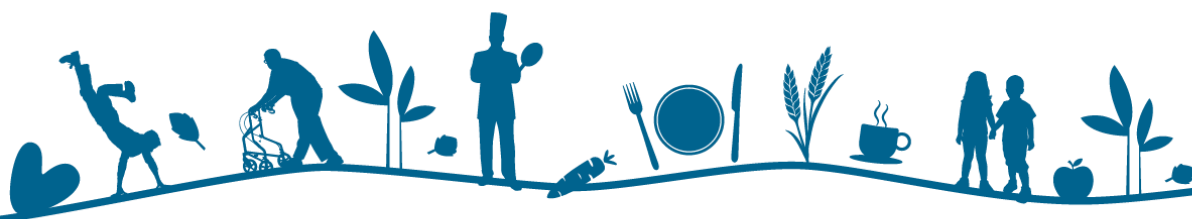
Potatis är ett bra baslivsmedel både miljö- och näringsmässigt och därför förekommer den ofta på menyn. Eftersom alla matgäster inte äter samtidigt är ambitionen att tillaga potatis i flera omgångar för bästa resultat då den är en känslig produkt att varmhålla. Om man kokar potatis med skalet kvar så bevaras näringsämnena bättre och den blir inte heller lika känslig för varmhållning, därför försöker vi erbjuda potatis med skal där så passar.

### **Ris, pasta, bulgur, couscous, matvete mm**

Framförallt den yngre målgruppen är förtjust i pasta och ris. Pasta är ett mer miljövänligt livsmedel än ris och därför förekommer det oftare på matsedeln. Ofta serveras fullkornspasta eftersom den innehåller större mängd hälsosamma kostfibrer. Ris serveras ibland, men är ett sämre alternativ för miljön eftersom odlingen av ris bidrar till ökning av växthusgasen metan. Ekologiskt ris, som har en lägre klimatpåverkan, används alltid. Bulgur, couscous och matvete är miljövänligare alternativ till ris som vi försöker ta in i menyerna mer och mer. Både som ersättare för t ex ris men ofta även att ingå som delkomponent i salladsbuffén.

### **Förberedda produkter**

Livsmedelsindustrins sortiment av bra förberedda produkter har ökat och det produktutvecklas ständigt. De flesta etablerade producenter har tagit bort onödiga tillsatser i produkterna. Eftersom vi inom storköken behöver produkterna försöker vi att hålla oss uppdaterade och prova när det kommer nya produkter. Vi ger också av den anledningen ofta feedback på de nya produkterna till producenterna så att de kan bli ännu bättre. Företagen är oftast mycket tillmötesgående när det gäller förslag på förbättringar. Det är svårt att klara sig i ett storkök helt



utan förberedda produkter och därför är det viktigt för oss att de produkter som ändå förekommer på marknaden håller en hög kvalitet.

Vi vill gärna ha in synpunkter från våra matgäster så välkommen att kontakta oss om du har frågor eller förbättringsförslag. Smaklig spis!

Sara Malmkvist  
Måltidsutvecklare  
044-7756080

Jenny Skagerholm  
Enhetschef Måltid  
044-7756180

