



City i går.



City i tisdags.

SERIE: CITY GRANSKAR BAMBA

Sverige och Finland är de enda länderna i världen som serverar gratis skollunch. Trots det äter bara fyra av tio Göteborgsbarn sig mätta av skolmaten.

I tredje och sista delen av Citys artikelserie besöker vi en skola där man har ett nygammalt tänk när det gäller skolmaten: Här lagas all mat från grunden.



Eva Lotta Karlsson serverar pizza till Gustav, Matilda och Isolde.

Foto: KARIN MALMHAU/EXPONERA

Här är all mat hemlagad

KUNGÄLV. I Fredkullaskolans kök har man slutat med halvfabrikat. Allt görs från grunden.

- Vi gör till och med egen buljong, säger Lottie Lord.

Tillsammans med främst Eva-Lotta Karlsson har Lottie utvecklat köket bort från storkökstänkandet.

- Jag har varit här i ett år, och det är som att en dröm har gått i uppfyllelse. Vi har nått tillbaka till ursprunget, att göra allt från grunden, säger Eva-Lotta.

I köket bakas eget bröd, här görs egna pannbiffar - och grönsaksbiffar, som Lottie tycker är det som frestar på mest.

Tar timmar att laga

- Då kokar vi först grönsakerna och kikärterna så det blir något falafelaktigt. Sedan mals allt detta innan vi steker det på stekbordet. Det kostar på att stå där i flera timmar, säger hon.

I går stod hemlagad pizza på menyn - av mestadels krävmarkerade, ekologiska och helst närproducerade råvaror.

- Osten är krav, mjölet är



Eva Lotta Karlsson och Julia Faith fixar hemlagad pizza i köket.

krav - och biodynamiskt odlat - vitkålen är krav, och vitlöken, vinägern, tomatsoften, oljan... Nej, oljan är inte krav förresten, men vi brukar ha krävmarkerad olja. Champinjonerna är inte krav heller, säger Eva-Lotta.

- Jag skulle tro att 80 procent av råvarorna är krävmarkerade eller ekologiska.

Barnen på Fredkullaskolan får väldigt mycket vege-

tarisk mat - en gång i veckan serveras kött eller fisk, sedan gäller vegetariskt.

"Vegetariskt är bra"

- Vegetarisk mat är bra mat. Och vi vet ju att barnen får i sig tillräckligt med kött ändå. Sedan har vi många proteinkällor i det vegetariska, som bönor och linser, säger Annett Lindblom, som också jobbar i köket.

Fredkullaskolan har 160 elever. Den lilla storleken - och ett stort engagemang från personalen - är en förutsättning för att köket ska kunna fungera som det gör.

- Vi kan ändra menyn med kort varsel, om det skulle dyka upp något. För ett tag sedan fick vi färsk fisk till ett bra pris, så i stället för att göra fisksoppa

kunde vi köpa mer och göra ugnsbakad fisk. Det går åt dubbelt så mycket fisk då, säger Lotta.

Kostar inte mer

Priset på råvarorna ligger på runt åtta kronor per portion - samma som på de flesta kommunala skolor.

Eleverna uppskattar maten. För det mesta.

- De flesta äter maten varje dag. Men ibland är det ju soppa, som inte är så populärt, säger Jacob Martinsen i åttan.

- Det är bra mat, men för mycket vegetariskt. Jag vill ha mer kött, fyller kompiserna Hannes Danielsson i.

För att öka dialogen med eleverna finns en brevlåda i matsalen, där eleverna kan lägga lappar med förslag och åsikter.

- Vi ska återinföra ett system med stenar snart. När eleverna går ut ska de få lägga en rosa sten i en skål om de tyckte om maten, en vit om den var okej, och en brun om de inte gillat den, säger Eva-Lotta.

Nicklas Tollesson

nicklas.tollesson@city.se

031-723 29 02



Livsmedelsverket: Så görs bra skolmat

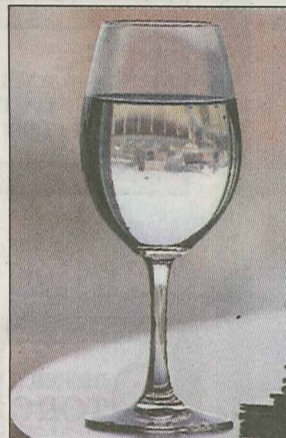
Tillräckligt med mat.
Tillräckligt med tid att äta.
Trivsamt och lugn matsalsmiljö.

Inga barn utesluts eller mobbas så att de inte vill eller törs gå till matsalen.

Måltider på fasta, regelbundna tider.

Så kort tid som möjligt mellan tillagning och servering för att bevara näringsinnehåll och god smak.

Minst två rätter att välja mellan, plus ett vegetariskt alternativ.



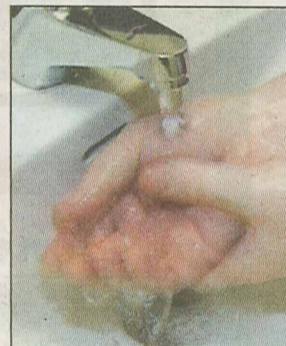
Tillgång till dricksvatten hela skoldagen.

Skolan är fri från godis, glass, bakverk, snacks och söta drycker.

Tillgång till bra mellanmål på eftermiddagen.

Nötter, inklusive mandel, jordnötter och sesamfrön förekommer inte.

Pedagogiska måltider ingår med fördel i lärarnas uppdrag. Hygieniskt säker mat.



Att barnen kan tvätta händerna före måltiden.

Lunch som innehåller:

Pasta, potatis eller gryn.



Grönsaker.
Någon nyckelhälsmärkt spannmålsprodukt, till exempel bröd.

Nyckelhälsmärkte mejerivaror.

Mjuka matfetter - gärna nyckelhälsmärkte.
Fisk varje vecka.
Lättmjölk och vatten.

Vad tycker du?

Hur är maten på din skola? Diskutera på Citys sajt www.gt.se