



# Har unga förutsättningar att äta hållbart i vardagen?

Kartläggning av utbudet på och omkring högstadie- och gymnasieskolor

Emelie Eriksson

# Livsmedelsverket

- Säker mat och bra dric
- Ingen ska bli lurad om innehåller
- Främja en hållbar livsmedelsproduktion



*Skapa ett samhälle som främjar bra matvanor för alla*



Folkhälsomyndigheten



# Livsmedelsverkets kostråd



## MER

grönsaker,  
frukt och bär  
fisk och skaldjur  
nötter och frön  
rörelse i vardagen



## BYT

vitt mjöl  
smörbaserade  
matfetter  
feta mejeri-  
produkter

## TILL

fullkorn  
växtbaserade  
matfetter och oljor  
magra mejeri-  
produkter



## MINDRE

rött kött och chark  
salt  
socker  
alkohol

**VAR FEMTE**


----- UNGDOM HAR -----

**ÖVERVIKT**

----- ELLER -----


**FETMA**

1. RIKSMATEN UNGDOM DELTÖG DELT 3 000 UNGDOMAR. UNDERSÖKNINGEN ÄR REPRESENTATIV FÖR ÅR 1, 2 OCH 3 PÅ LYNKADEN


 Livsmedelsverket

----- AN ANDRA UNGDOMAR -----

1. RIKSMATEN UNGDOM DELTÖG DELT 3 000 UNGDOMAR. UNDERSÖKNINGEN ÄR REPRESENTATIV FÖR ÅR 1, 2 OCH 3 PÅ LYNKADEN

 Livsmedelsverket

1. RIKSMATEN UNGDOM DELTÖG DELT 3 000 UNGDOMAR. UNDERSÖKNINGEN ÄR REPRESENTATIV FÖR ÅR 1, 2 OCH 3 PÅ LYNKADEN

 Livsmedelsverket

# Därför!

- Vårt sätt att konsumera mat måste förändras
  - Miljön
  - Hälsan
- Lätt att välja rätt - Tillgänglighet påverkar förutsättningarna att välja hållbart
- Möjligheter och utmaningar att välja hållbart i skolmiljön

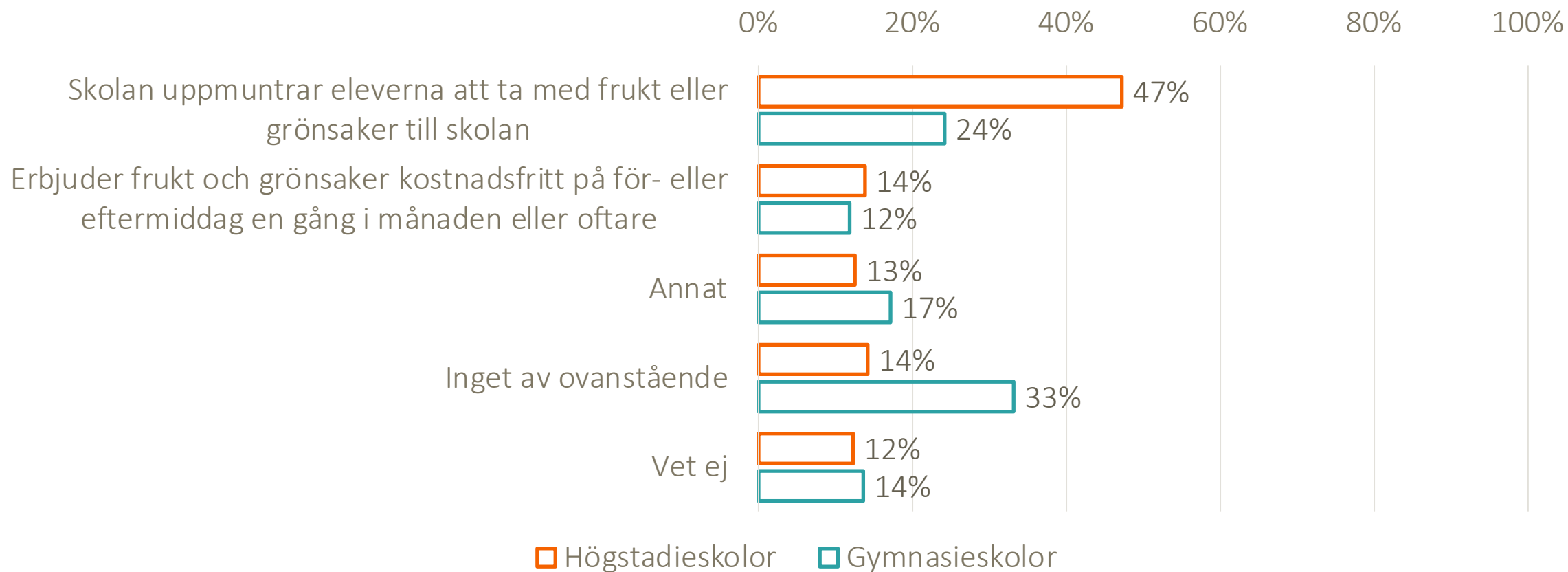


# Matutbudet i ungas vardag - Resultat i korthet

1. Skollunchen är bra, både på högstadiet och gymnasiet – men ett ohälsosamt utbud präglar många ungas vardag
2. Skollagens krav på måltiderna når inte bortom lunchen
3. Vegetariskt varje dag på mer än varannan skola
4. Lite frukt utöver skollunchen
5. Kan skolan främja mer frukt och grönt?



# Hur uppmuntrar er skola elever att äta mer frukt och grönsaker?



# Slutsatser och framtida behov

1. Förtydliga om och hur skollagen kan omfatta fler måltider utöver lunchen - frukost, mellanmål och kafeterior.
2. Utred om skollagens krav på näringsriktiga och kostnadsfria måltider också ska omfatta skolmåltider för gymnasieskolorna för att säkerställa fortsatt servering av skollunch till dessa elever.
3. Stärk skolans undervisning inom mat, miljö och hälsa och tydliggör kopplingen till primärproduktion och skolmåltid.
4. Ompröva beslutet att inte delta i EU:s skolfruktsprogram.





Tack!

---

[Emelie.eriksson@slv.se](mailto:Emelie.eriksson@slv.se)

---

