



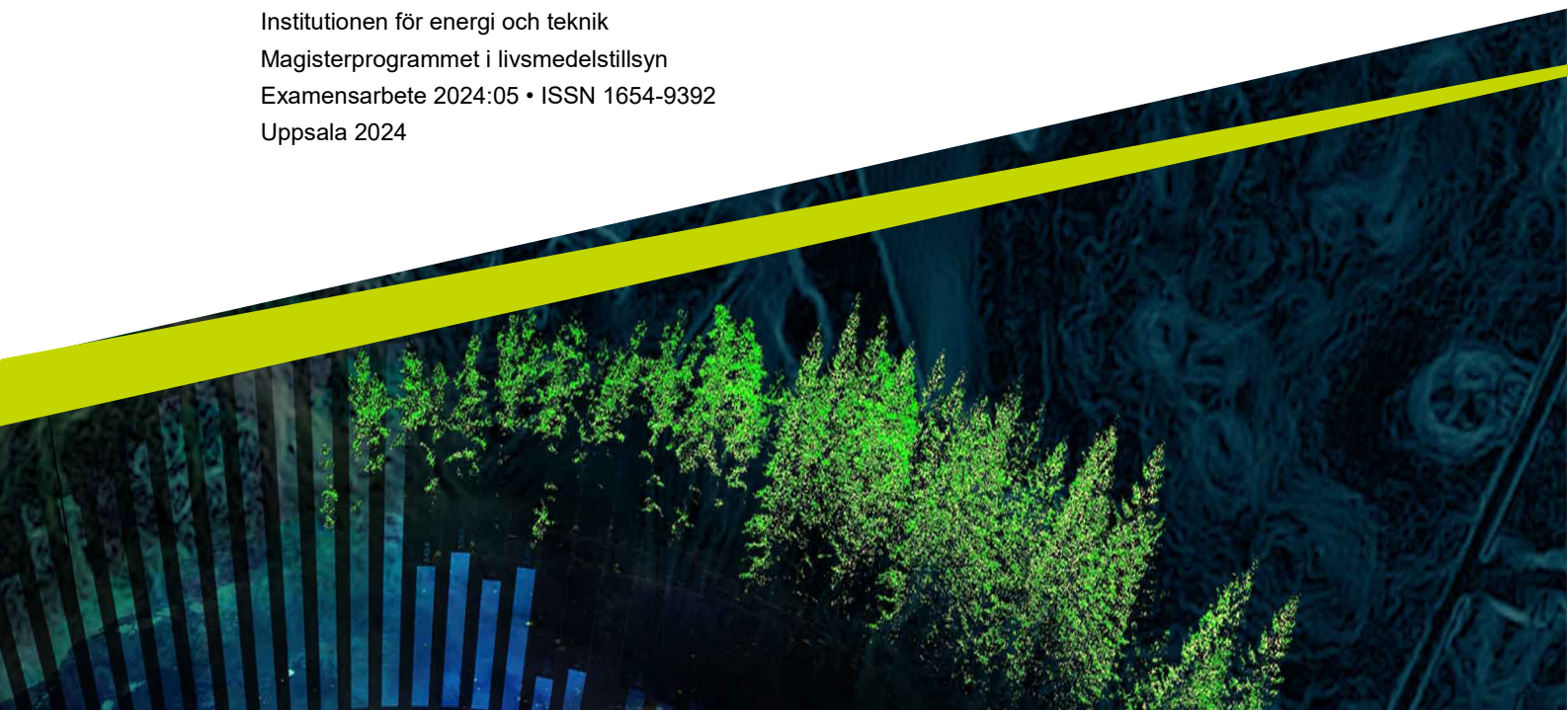
# Måltider och måltidspedagogik i förskolan

Mack-tisdag, odlingsglädje & nakenfisk: en kvalitativ studie ur förskolepersonalens perspektiv

---

Jennifer Sköld

Examensarbete/Självständigt arbete • 15 hp  
Sveriges lantbruksuniversitet, SLU  
Institutionen för energi och teknik  
Magisterprogrammet i livsmedelstillsyn  
Examensarbete 2024:05 • ISSN 1654-9392  
Uppsala 2024



# Måltider i förskolan - mack-tisdag, odlingsglädje & nakenfisk: en kvalitativ studie ur förskolepersonalens perspektiv

Jennifer Sköld

**Handledare:** Niina Sundin, SLU, Institutionen för energi och teknik  
**Examinator:** Mattias Eriksson, SLU, Institutionen för energi och teknik

**Omfattning:** 15 hp  
**Nivå och fördjupning:** Avancerad nivå  
**Kurstitel:** Självständigt arbete inom programmet livsmedelstillsyn  
**Kurskod:** EX1008  
**Program/utbildning:** Magisterprogrammet i livsmedelstillsyn  
**Kursansvarig inst.:** Institutionen för energi och teknik  
**Utgivningsort:** Uppsala  
**Utgivningsår:** 2024  
**Upphovsrätt:** Alla bilder används med upphovspersonens tillstånd.  
**Serietitel:** Examensarbete (Institutionen för energi och teknik, SLU)  
**Delnummer i serien:** 2024:05  
**ISSN:** 1654-9392

**Nyckelord:** *förskola, måltidspedagogik, matsensorik, pedagogiska måltider*

**Sveriges lantbruksuniversitet**

Fakulteten för naturresurser och jordbruksvetenskap

Institution för energi och teknik

## Sammanfattning

Barn som går i förskolan befinner sig i en ålder där de växer och utvecklas mycket, och därför är det viktigt att maten de äter innehåller det de behöver. Att barn får tillgång till bra måltider är viktigt för deras utveckling – det måste finnas energi för att utvecklas, leka och att lära sig. För att personalen på förskolan ska kunna ha möjlighet att inkludera mat i förskolans lärandeprocess behövs en helhetsförståelse kring mat för att det ska bli ett lyckat långsiktigt arbete. Till exempel, om det varken finns individuellt och strukturellt stöd skulle det bli svårt att genomföra arbetet. Arbetet riskerar att bara förlita sig på ett fåtal entusiaster. Barn föredrar mat som är känd för dem sedan tidigare, och därför är det viktigt att låta barnen lära känna många olika livsmedel. Det finns ett behov av kunskap och verktyg samt stöd uppifrån, tillräckliga resurser och en bättre samverkan mellan alla som arbetar med måltiderna i förskolan.

Syftet med den här studien har varit att genom semistrukturerade intervjuer med förskolepersonal få deras syn på vad måltider i förskolan är, men även fånga upp deras syn på pedagogiska måltider eller pedagogisk lunch samt måltidspedagogik. Målet har även varit att belysa både möjligheter, och svårigheter och hinder som finns för det pedagogiska arbetet, och om de upplever att det fattas aspekter som de tycker skulle vara viktigt att arbeta med när det kommer till barn och mat.

Förskolepersonalen i den här studien såg måltiderna som en resurs som kunde användas som ett lärandemoment för att uppfylla målen i läroplanen. De ansåg att de inte fått tillgång till några kunskapshöjande insatser och deras utbildning har endast försett dem med en begränsad kunskap om barn och mat. De uppgav även att de inte hade något speciellt material att arbeta utifrån. Tid, och logistik i byggnaderna upplevs som en begränsning för att måltiderna ska kunna bli trivsamma och stressfria. Engagerad måltidspersonal är viktig för bland annat barnens exponering av en större mängd grönsaker och odlingskunskaper.

*Nyckelord:* förskola, måltidspedagogik, matsensorik, pedagogiska måltider

## Abstract

Children who attend preschool are at an age where they are growing and developing a lot, and therefore the food they eat must contain what they need. Children need to have access to good meals because of their development – there must be energy to develop, play and learn. To successfully integrate food into the preschool learning process as a long-term project, the staff must have a comprehensive understanding of food. If there is lack of individual and structural support for this work, it will be challenging to implement. To get the work done risks relying only on a few enthusiasts. Children prefer foods that are familiar to them, and therefore it is important to let children get to know many different foods. There is a need for knowledge and tools, support from the top of the organization, sufficient resources, and better collaboration between all those involved in the preschool meal programme.

The aim of this study was to capture preschool staff's perspectives on what preschool meals entail, through semi-structured interviews. Additionally, the study aimed to capture their views of

pedagogic meals/lunches and meal pedagogy. The goal has also been to highlight both the opportunities, and challenges and obstacles that exist for pedagogical work, and to determine if they feel there are missing aspects that they consider important to address it comes to children and food.

The preschool staff in this study viewed meals as a resource that could be used as a learning opportunity to meet curriculum goals. They felt that had not had access to any knowledge enhancing initiatives and their education had only provided them with a limited knowledge about children and food. They also reported that they did not have any specific material to work with. Time and logistics in the buildings were perceived as limitations to making meals pleasant and stress-free. Mealtimes are important for, among other things, children's exposure to a greater variety of vegetables and gardening knowledge for producing food.

*Keywords:* preschool, food and meal education, sensory education, pedagogic meals

# Innehållsförteckning

<b>Tabellförteckning .....</b>	<b>7</b>
<b>Förkortningar .....</b>	<b>8</b>
1.1 Inledning.....	9
1.2 Syfte .....	9
1.3 Frågeställningar .....	10
<b>2. Bakgrund .....</b>	<b>11</b>
2.1 Barn och mat.....	12
2.2 Förskolan i Sverige .....	14
2.3 Måltidernas möjligheter .....	15
2.4 Livsmedelsverkets nationella riktlinjer .....	16
2.5 Måltidsmodellen .....	16
2.6 Pedagogiska måltider .....	16
2.7 Måltidspedagogik .....	17
2.7.1 Saperemetoden .....	17
2.7.2 ” Från jord till bord” .....	18
2.7.3 Barn i köket.....	18
2.7.4 ” Steg för steg” .....	19
2.8 Dokument som styr .....	19
<b>3. Metod.....</b>	<b>21</b>
3.1 Litteratursökning.....	21
3.2 Val av metod .....	21
3.3 Semistrukturerade intervjuer.....	21
3.4 Intervjuguide.....	22
3.5 Studiedeltagare .....	22
3.6 Bearbetning och analys .....	22
<b>4. Resultat .....</b>	<b>24</b>
4.1 Måltidernas betydelse .....	24
4.2 Måltidspedagogik .....	26
4.3 Utbildning .....	28
4.4 Undervisning .....	28
4.5 Arbetsmaterial .....	29
4.6 Pedagogiska måltider .....	30

4.7	Maten i förskolan.....	31
4.8	Kommunikation och påverkan.....	32
4.9	Logistik och miljö.....	33
4.10	Normer .....	35
<b>5.</b>	<b>Diskussion .....</b>	<b>36</b>
5.1	Metoddiskussion .....	36
5.2	Resultatdiskussion .....	36
5.3	Förslag på vidare forskning.....	40
<b>6.</b>	<b>Slutsats .....</b>	<b>41</b>
	<b>Referenser.....</b>	<b>42</b>
<b>7.</b>	<b>Populärvetenskaplig sammanfattning.....</b>	<b>46</b>
<b>8.</b>	<b>Tack .....</b>	<b>47</b>
	<b>Bilaga 1.....</b>	<b>48</b>
	<b>Bilaga 2.....</b>	<b>49</b>
	<b>Bilaga 3.....</b>	<b>50</b>

# Tabellförteckning

Tabell 1: Exempel på analysprocessen .....	23
Tabell 2: Kodning av deltagare .....	23

# Förkortningar

SLU	Sveriges Lantbruksuniversitet
SCB	Statistiska Centralbyrån



## 1.1 Inledning

Maten vi äter är en viktig del av våra liv, och har stort inflytande på vårt välbefinnande, hälsa och vår miljö. Många barn i Sverige äter under vardagarna fler mål mat i förskolan än vad de gör i hemmet. Alla barn har inte samma förutsättningar, så måltiderna som äts i förskolan spelar en viktig roll för samhällets strävan mot en mer hållbar och jämlik utveckling (Livsmedelsverket 2016).

Barn i förskoleåldern befinner sig inte bara i en period i livet av snabb tillväxt och utveckling, utan också i en period av utveckling av deras framtida matvanor. När de väl har etablerats, bibehålls de ofta upp i vuxen ålder (De Cosmi et al. 2017; Ventura & Worobey 2013; Harris 2008). I Sverige finns en ökande frekvens av sjukdomar kopplade till matvanor och det är viktigt att arbeta för att bra vanor impliceras tidigt för en förbättrad folkhälsa (Livsmedelsverket 2015).

Om barn får en chans att äta med stor variation har de möjligheten att etablera hälsosamma matvanor och att kunna äta varierat har flera positiva fördelar. Maten vi äter ska vara säker, näringsmässig och bidra till att vi kan bibehålla en bra hälsa. Maten i sig är också en upplevelse och barn är morgondagens konsumenter. Måltiderna som äts i förskolan har förutsättningar att kunna vara en viktig resurs och en naturlig del av det pedagogiska arbetet i förskolan (Livsmedelsverket 2016). För att förskolepersonalen ska ha möjlighet att utnyttja och inkludera maten i lärandeprocessen behövs både en god helhetsförståelse kring mat för att det ska lyckas, men kanske viktigast, ett stöd och en samverkan i hela organisationen (Sepp & Höjjer 2016). I sammanställningen av en studie utförd 1998 kunde Sepp et al. (2006) se att förskollärare, barnskötare och rektorer på 12 olika förskolor i Sverige inte alltid hade samma uppfattning om hur måltiderna kunde användas och integreras i verksamheten.

## 1.2 Syfte

Syftet med studien har varit att genom semistrukturerade intervjuer med förskolepersonal få deras syn på vad måltider i förskolan är, men även fånga upp deras syn på pedagogiska måltider eller pedagogisk lunch samt måltidspedagogik. Målet har även varit att belysa både möjligheter, svårigheter och hinder som finns för det pedagogiska arbetet och om de upplever att det fattas aspekter som de tycker skulle vara viktiga att arbeta med när det kommer till barn och mat.

### 1.3 Frågeställningar

- Vad är måltider i förskolan för förskolepersonalen?
- Vad betyder begreppet måltidspedagogik för personalen?
- Hur fungerar de pedagogiska måltiderna?
- Hur förhåller sig förskolepersonal kring olika fakta och rekommendationer kring mat och hälsa och vart inhämtar de information?
- Fattas det aspekter som skulle kunna vara viktiga att ha möjlighet att arbeta med när det kommer till barn och mat?

## 2. Bakgrund

Maten vi äter och måltiderna vi delar med varandra är en väsentlig del av vår dag, och våra liv. Vad vi äter har en stor inverkan och betydelse för vårt välbefinnande, hälsa och miljön. Alla barn har inte samma förutsättningar, så att den maten de äter i skolan är näringsrik och miljösamt är viktigt för att samhället ska bli mer jämlikt och bidra till en mer hållbar utveckling (Livsmedelverket 2018). Många barn äter under vardagarna fler måltider på förskolan än vad de gör i hemmet. Barn som går i förskolan befinner sig i en ålder där de växer och utvecklas mycket, och därför är det viktigt att maten de äter innehåller det de behöver. Att barn får tillgång till bra måltider är viktigt för deras utveckling – det måste finnas energi och näring för att utvecklas, leka och att lära sig (Livsmedelsverket 2016c). Yngre barn befinner sig inte bara i en period av snabb tillväxt och utveckling, utan också i en viktig period av utveckling av framtida matvanor, som när de har etablerats ofta bibehålls upp i vuxen ålder (De Cosmi et al. 2017; Ventura & Worobey 2013; Harris 2008). I Sverige är hjärt- och kärlsjukdomar och diabetes typ 2, vanliga hälsoproblem och dödsorsaker som är kopplade till våra matvanor. Genom att tidigt lägga en grund för bra matvanor kombinerat med fysisk aktivitet kan göra att dess risker minskar (Livsmedelsverket 2015). Fetma och övervikt hos barn en ökande trend, och EU:s medlemsländer har tagit fram en handlingsplan för att motverka den, där bland annat består av att främja hälsosamma livsmiljöer i förskola (Folkhälsomyndigheten 2023b).

Pedagogik är en vetenskaplig disciplin som berör ämnen som utbildning, uppfostran och undervisning, för såväl vuxna människor som för barn. De tre delarna; utbildning, uppfostran och undervisning, utgör pedagogiska processer som kan användas som stöd för en lärandeprocess. Detta kan omfatta både strukturen av ett utbildningsystem eller kommunikation mellan individer där exempelvis en, eller flera, erbjuder ett stöd till lärande. En pedagogisk verksamhets fokus är att arbeta med att stödja olika egenskaper i vår relation till omvärlden, som exempelvis moral, identitet, värderingar samt olika kunskaper och färdigheter (Nationalencyklopedin 2003).

För att personalen på förskolan ska kunna ha möjlighet att inkludera mat i förskolans lärandeprocess behövs en helhetsförståelse kring mat för att det ska bli

ett lyckat långsiktigt arbete. Om det varken finns individuellt eller strukturellt stöd att använda sig av i det här arbetet blir det svårt att genomföra. Personalen på förskolan behöver få tillgång till kunskap och olika verktyg och färdigheter, samt stöd uppifrån med tillräckliga resurser. Annars riskerar arbetet att bara förlita sig på ett fåtal entusiaster som anser att arbetet kring mat i förskolan är viktigt (Sepp & Höijer 2016).

## 2.1 Barn och mat

Nyfödda barn har en preferens för sött och umami och ogillar bittra och sura smaker. En teori om varför det är så, är att vi ska undvika förgiftning och att vi har en biologisk preferens för att äta näringstät mat som är protein- och kaloririk (Ventura & Worobey 2013). Hur benägna barn är att smaka på okänd mat har en viss genetisk koppling, men beror också på variation av exponering av olika livsmedel (Harris 2008). 2003 genomförde Livsmedelsverket en studie där det gick att se att barn och ungas intag av frukt och grönt låg runt 200 gram per dag jämfört med den rekommenderade mängden på 400 gram per dag (Livsmedelsverket 2015). Kring åldern 2–5 år förekommer ofta olika nivåer av neofobi kring mat hos många barn. Neofobi innebär en ovilja och rädsla för nya saker. Att på olika sätt introducera dem för olika sorters råvaror och maträtter under positiva omständigheter ökar dock deras vilja att testa nya saker (Ventura & Worobey 2013). Att under tvång och i negativa miljöer introducera dem för ny mat kan det ses en motsatt effekt (Ventura & Worobey 2013; Harris 2008).

Nekitsing et al. (2018) har sammanfattat flertalet studier som berör hälsosamma matpreferenser hos barn i förskoleåldern. För många barn kan det vara mer utmanande att äta grönsaker på grund av att många grönsaker upplevs ha en bitter smak, men även texturen spelar roll. Det har gått att se att barn som får vänja sig vid en ny råvara kan öka sitt intag av den efter fem gånger, men behöver i regel nästan tio exponeringar med relativt hög regelbundenhet, upp till en gång i veckan, för ett lyckat resultat. En enda positiv exponering kan dock bidra till en mer positiv attityd till råvaran i framtiden, men det behövs upprepningar för att barnet ska förbli positiv till att äta. Olika positiva resultat har kunnat ses i studier kring belöning med klistermärken, förebilder (när barnet lär sig genom att titta när andra äter) och när råvaran antingen serveras tillsammans med något som barnen gillar (i det här fallet äpplemos eller salt, så kallade ”smakbryggor”) eller ihop med något energitätt livsmedel, som exempelvis olja eller smör, som triggar hjärnans belöningssystem. Andra studier talade emot belöningssystem och kombinerande av olika redan accepterade/gillade smaker hos barnet och såg att det var tillräckligt att enbart låta barnet exponeras för råvaran regelbundet i en positiv miljö för att öka konsumtionen. Sammanfattningsvis är olika upprepande exponeringar är det bästa

sättet att öka intaget av för barnet tidigare okända råvaror i enighet med Ventura & Worobey (2013), men det finns ett utrymme för vidare studier på vad som egentligen är mest effektivt för att få en bibehållen konsumtion i den lägre loppet enligt Nekitsing et al. (2018). Att använda sig av förebilder, som nämns ovan, har i flera studier visat sig vara positivt. Om barnet ser en vuxen äta samma mat är barnet mer benägen att prova nya maträtter och råvaror, med slutsatsen att det är positivt om vuxna och barn äter tillsammans (Addessi et al. 2005; Anzman-Frasca et al. 2012; Bernstein 1978). Andra barn kan också fungera på samma sätt som en vuxen, som en positiv förebild (Bevelander et al. 2012; Bevelander et al. 2013; Hendy 2012; Hendy & Raudenbush 2000; Laureati 2014; Salvy 2008).

Wesslén et al. (2002) intervjuade 103 förskolebarn i Sverige i åldrarna 3–5 år på 22 olika förskolor om vad deras uppfattning och erfarenhet av måltider var. De kunde se att det barnen återkom mest till var att de inte tyckte att de hade något att säga till om när det kommer till deras måltider i förskolan, till skillnad från i hemmet eller exempelvis hos mor- och farföräldrar. Den vanligaste associationen de hade till mat var regler och normer om hur de ska bete sig i måltidssituationen. När barnen blev tillfrågade om vilken mat de inte gillade, började de istället ofta prata om mat de gillade. Barnen hade också en tydlig bild om vad som var mat och vad som var icke-mat, godis ansåg de var icke-mat. Slutsatserna de kunde dra efter den här studien var att barnen hade en god uppfattning om vad mat var, och deras attityd var positivt inställd. De kategoriserade ännu inte maten som bra eller dålig, utan beskrev maten utifrån bedömningen om de skulle "växa och bli starka" av den. Sammantaget upplevde majoriteten att mat (och icke-mat) var något som var kontrollerat av vuxna.

Sepp et al. (2006) har sammanställt en studie baserat på intervjuer av personal i förskolor i Sverige där de intervjuade 34 personer från 12 olika förskolor i Stockholms-området på ämnesområdet pedagogiska måltider. Det var förskollärare, barnskötare och rektorer och intervjuerna ägde rum 1998. De intervjuade hade sammanfattningsvis både tydliga, men emellanåt motstridiga känslor, om hur måltiderna i förskolan kunde användas och integreras i förskolan. De saknade utbildning och kunskap om mat ur ett näringsmässigt perspektiv och hade svårt med hur de skulle förhålla sig till detta i måltidssituationen i deras yrkesroll. De hade dock en tydlig bild av deras roll som en vuxen förebild för att lära barnen exempelvis ett gott bordsskick. De hade överlag en misstro mot barnens vårdnadshavares kapacitet att förse barnen med bra måltider i hemmet och litade mer på förskolan och den offentliga sektorn för att tillgodose barnens näringsbehov. Detta troddes bero på deras kunskapsnivå kring mat och näring behövde bli högre samt att de ännu inte har hittat en bra utgång för hur den pedagogiska måltiden ska användas och integreras i verksamheten. I en dansk studie utförd 2015, som inkluderade 20 000 barn kunde se att den mat barnen föredrog var den som var känd

för dem sedan tidigare, och slutsatsen blev att det är viktigt att låta barn lära känna många nya livsmedel eftersom känd mat även var mat som barnen sedan föredrog (Menadeva et al. 2015 se Livsmedelsverket 2016a).

## 2.2 Förskolan i Sverige

Under den senare delen av 1800-talet erbjöds barn i socioekonomiskt utsatta område mat, ofta gröt och mjölk. Sedan lades ansvaret över på skolorna och skolmatens omfattning började sprida sig i landet (Lundmark, B. 1945 se Skolmat Sverige u.å.). Nu har skolmaten varit en del av våra barns vardag i mer än 100 år. Målet med införande av måltider i skolan var att alla barn skulle få så bra förutsättningar som möjligt till inläring, oavsett socioekonomisk bakgrund (Livsmedelsverket 2018). År 1945 lades grunden för hur skolmaten är utformad idag, med bland annat krav på näringsammansättning, hygien, bordsskick och hälsosamma matvanor. Detta skedde med hjälp av statligt stöd. På 1960-talet övergick ansvaret för skolmaten till kommunerna (Lundmark, B. 1945 se Skolmat Sverige u.å.). Måltiderna är än idag mycket viktiga och fyller samma syfte som när de först infördes (Livsmedelsverket 2018).

När det kommer till den svenska barnomsorgen började det upprättas så kallade barnkrubbor i spåren av industrialiseringen och flytten från landsbygden till storstäderna. Barnkrubborna nyttjades främst av ensamstående mammor som behövde börja förvärvsarbete för att kunna försörja familjen och drevs ofta av välgörenhetsorganisationer eller privatpersoner. Bredvid dessa barnkrubbor utvecklades även barntädgårdar som hade ett pedagogiskt syfte, och dessa nyttjades av mer bemedlade familjers barn (Johansson 1994).

Under 30- och 40-talet började samhället ta ett större ansvar för barnomsorgen och barnkrubborna och barntädgårdarna fick visst statligt stöd. Barnkrubborna började benämnas som daghem och barntädgårdarna som lekskola. Verksamheterna omfattade relativt få barn, men lekskolorna hade en högre andel av barnen inskrivna än daghemmen. Under 60-talet ökade behovet av arbetskraft och regeringen tillsatte därmed en kommission, och den så kallade Barnstuge-utredningen hade som uppdrag att se till att barnomsorgen skulle utvecklas på ett lämpligt sätt. Utredningen kommissionen utförde har haft stor betydelse för de idéer och normer inom den svenska förskole-modellen som lever kvar än idag. Dåtidens daghem och lekolor skulle bli en och samma förskola som skulle fylla två syften; föräldrarna skulle ges möjligheten att kunna arbeta och barnen skulle erbjudas en sammanvävning av både omsorg och pedagogik.

1995 kom en strängare lagstiftning som gjorde att kommunerna blev tvungna att tillhandhålla barnomsorgsplatser utan någon längre kötid. Nu är barnomsorgen en självklar del av vårt samhälle och anses vara en del av den svenska välfärden och som gjort det möjligt till en mer jämlik inkomstfördelning. Förskolan anses vara grunden i det svenska utbildningssystemet och förskolans läroplan bygger på samma syn på barns lärande och utveckling som skolans. 1996 så flyttades ansvaret för barnomsorgen från Socialdepartementet till Utbildningsdepartementet med anledningen till att förskolans mål och syfte skulle närma sig den för övrig skolverksamhet (Skolverket 2000).

Enligt Skolverket med statistik insamlad av Statistiska Centralbyrån, SCB, gick drygt 86 % av barnen i Sverige i åldrarna 1–5 år i förskoleverksamhet 2022. Verksamhet bedrevs på 9310 enheter där kommuner var huvudman i 7 av 10 fall. Andelen heltidstjänster där den anställde har en förskollärarytbildning låg på 40 % och fördelningen låg på 5,1 barn per heltidstjänst. Barngrupperna har blivit större, med en ökning av 0,6 barn sedan året innan och landar på ett snitt på 15,2 barn (Skolverket 2022). Personalen på landets förskolor består förutom förskollärare av barnskötare, men det är förskollärarna som ansvarar för undervisningen som sedan alla som arbetar i barngruppen utför tillsammans (Skolverket 2023). I skollagen (SFS 2010:800) går det att läsa: ”utöver förskollärare får det i undervisningen finnas personal med sådan utbildning eller erfarenhet att barnens utveckling och lärande främjas”. Det anges dock inget särskilt antal detta kan röra sig om och är upp till huvudmannen eller rektorn att ta beslut i (Skolverket 2023). 19 % av personalen i förskolan hade 2022 en viss pedagogisk utbildning, vilket innebär en högskoleutbildning utan examen eller en gymnasieutbildning med inriktning på barn och pedagogik utan slutbetyg. Andelen utbildad personal ligger på ca 23 %. Andel personal med förskollärarytexamen minskade på landets förskolor, med ca 2 % mellan 2021 och 2022. Andelen utbildade förskollärare är högre på förskolor som drivs med kommuner som huvudman jämfört med de fristående, där utbildningsnivån endast ligger på 30% (Skolverket 2022).

## 2.3 Måltidernas möjligheter

Det är viktigt att barn tillhandahålls flera olika sorters livsmedel och variationer av maträtter för att ha möjligheten att utveckla hälsosamma vanor senare i livet. Att äta varierat har flertalet fördelar, dels för att fylla näringsbehovet och bidra till en god hälsa, dels för upplevelsen i att äta mat men också för att barn är morgondagens konsument. Måltiderna bör ses som en viktig resurs och en del av det pedagogiska arbetet i förskolan (Livsmedelsverket, 2016c).

En studie gjord på 4:e klassare i USA visade ett positivt samband kring frukt och grönsaksintag efter deras deltagande i ett matlagningsprojekt (Pflugh Prescott et al. 2019). I en översiktsartikel av Davies et al. (2014) jämförde 13 olika studier som hade genomförts av olika odlingsprojekt i skolmiljö, där 11 av dessa hade uppmätt matintag kunde de i 6 av fallen se ett ökat intag av grönsaker hos barnen. Flera av studierna har fått motta viss kritik i sitt upplägg, men sammanfattningsvis så konstaterades det att odling i skolmiljö har en stor möjlighet att bidra till en förbättrad hälsa och miljömässig hållbarhet, med det skulle behöva fler studier för att kunna bedöma den långsiktiga effekten och möjligheterna att bibehålla odling i skolmiljön som ett lärandemoment.

## 2.4 Livsmedelsverkets nationella riktlinjer

Livsmedelsverkets nationella riktlinjer för måltider i skolan är tänkt att användas som hjälp, stöd och för att ge förslag på hur måltiden kan användas pedagogiskt. De är vetenskapligt grundade och baserade på tillförlitliga erfarenheter. Hur varje enskild kommun, förskola eller arbetsgrupp väljer att arbeta med mat är dock upp till dem. Ansvar för att kunna erbjuda barnen i förskolan bra måltider ligger på många fler personer än de som tillagar maten (Livsmedelsverket 2016c).

## 2.5 Måltidsmodellen

Livsmedelsverkets måltidsmodell är tänkt vara ett stöd i planeringen och uppföljningen av måltidsverksamheten i förskolan och målet är att ge en helhetssyn på hur bra måltider kan se ut. Den är utformad som ett pussel och består av sex delar som är väsentliga för att barnen ska kunna må bra och få möjlighet att uppleva matglädje. Måltiden är mer än själva maten som serveras och andra viktiga bitar av måltidsupplevelsen är själva rummet där maten äts, stämningen där och omkring bordet, samt själva måltidssällskapet (Livsmedelsverket 2016c).

”Att måltiden är *god* och *trivsamt* är viktigt för att maten ska hamna i magen. En bra måltid är även *näringsrik* och *säker* att äta. Med *miljösmart* menar vi måltider som bidrar till en miljömässigt hållbar utveckling och de nationella miljömålen. Med *integrerad* menas att måltiden är en del av och kan tas tillvara som en resurs i förskolan, exempelvis i det pedagogiska arbetet. För att måltiderna ska bli riktigt bra krävs kompetens, engagemang och samverkan (Livsmedelsverket, 2016c).”

## 2.6 Pedagogiska måltider

Definitionen av pedagogiska måltider, eller pedagogisk lunch, är att personalen har som arbetsuppgift att äta tillsammans med barnen. Det är arbetsgivaren som



beslutar om hur många i personalen som behövs till de pedagogiska måltiderna. Den pedagogiska måltiden räknas som arbetstid och får inte förmånsbeskattas. Det förekommer att personalen behöver betala för lunchen, vilket betyder att denne inte är skyldig att äta och stå för den kostanden själv, men denne ska sitta med vid måltiden och utföra sina arbetsuppgifter. Den pedagogiska måltiden är arbetstid och får inte räknas som rast (Sveriges Lärare u.å.).

## 2.7 Måltidspedagogik

I SLV:s fördjupning och bakgrund till revideringen av råden ”Bra måltider i förskolan” (2016b) finns det ett avsnitt om sensorisk utveckling och måltidspedagogik och hur stödet till förskolorna i arbetet kring detta ska förbättras. Praktiskt så innebär det att förskolorna bedriver ett medvetet arbete med att använda olika livsmedel och måltiderna som pedagogiskt material. Tanken är att måltidspedagogik inte är något extra som ska impliceras utan att det ska integreras i den övriga omsorgen och inläringen.

Måltidspedagogik har som utgångspunkt att barn ska tycka att det är roligt och visa nyfikenhet för nya maträtter och olika sorters livsmedel (Sepp 2017). Det viktigaste hindret som måste överkommas är att etablera ett samarbete mellan förskole- och kökspersonalen (Sepp & Höjjer 2016). Det finns olika utvecklade modeller som förskolan kan använda sig av i sitt arbete med barnen som presenteras här nedan.

### 2.7.1 Saperemetoden

Saperemetodens mål är inte bara att barnen ska få mat i magen, utan att de får lära känna olika sorters råvaror, på deras egna villkor (Algotsson & Östrom 2011). Saperemetoden bygger på att barnen ska få kunskap om sina fem sinnen; smak, lukt, syn, hörsel & känsel och därmed träna upp sin förmåga att utnyttja dem och lära känna sin smak, öva sitt språk för att kunna berätta om sina upplevelser, våga prova okända livsmedel, äta med en större variation, lära sig att mat kan vara förknippat med glädje samt att förstå att måltiden är en betydelsefull del av vår kultur och hur den påverkar vår miljö. Målet är även att de ska utvecklas till framtida insiktsfulla och kritiska konsumenter och grunden är att barnen ska öva sin självkänsla och självkänedom. Måltiderna ska även ses som en resurs för att arbeta med flera olika ämnen såsom miljö, språk, matematik och kemi som exempel.

Den här metoden för sinnesträning som ligger i grunden för sapere kommer ursprungligen från Frankrike och började utvecklas av en kemist vid ett

laboratorium i Tours, Jaques Puisas. Han var intresserad av smakkvalitet och arbetade med att mäta detta på olika sätt. Under 70-talet arbetade han tillsammans med psykologistudenter med en studie kring barns luktminne. På 90-talet kom sapers till Sverige och från 10-talet kan studenter läsa om sapersmetoden på universitetsnivå (Algotsson & Östrom 2011).

### 2.7.2 " Från jord till bord"

Anledningen till att barnträdgårdarna kallades trädgårdar var att de odlade egna råvaror i verksamheten, såsom grönsaker, frukt och bär. Skörden användes dels till måltiderna, dels till den pedagogiska verksamheten, och metoden kunde benämnas med namn som "från frö till tallrik". För barn som kom från städerna ansågs det vara väldigt viktigt att de lärde sig vart maten kom ifrån och det var en av anledningarna till att barnträdgårdarna utformades med odlingsytor där barnen skulle vara med i odlingsprocessen. I dagens samhälle finns inget behov av att ha egna odlingar av ekonomiska skäl, men det är fortfarande mycket viktigt att lära barn var maten kommer ifrån. Detta för att väcka ett intresse och skapa förståelse kring livsmedelkedjan och dess kretslopp. Denna metod benämns ofta som "jord till bord" i nutida verksamheter (Asplund Carlsson et al se Sepp 2017).

### 2.7.3 Barn i köket

Ibland är det inte praktiskt möjligt, eller säkert, att barnen får vara med i köket som finns på förskolan. Idén är dock att man kan använda det som finns tillgängligt, såsom en grillplats eller att göra enklare moment på förskolans avdelning. Det kan handla om att exempelvis skala ett äpple istället för att tillreda en hel måltid i köket. Det här sättet skiljer sig från steg-för steg metoden (som presenteras nedanför) med att fokus ligger på själva produkten och inte vägen dit. Det ska vara hygieniskt och säkert för alla som är med och förskolepersonalen har huvudansvaret och barnen hjälper till (Sepp 2017).

Barn är mer benägna att vilja smaka nya maträtter och råvaror om de har fått vara med att tillreda dem och får en mer positiv attityd till maten, med störst skillnad när det kommer till grönsaker (Cunningham-Sabo & Lohse 2013). Att barn får vara med i köket är förutom detta ett bra sätt för dem att utvecklas språkligt och de är ofta stolta över sitt arbete i köket vilket är positivt för deras självförtroende (Sepp 2017).

I Livsmedelslagen (2006:804) står det inget som hindrar att barnen är med i köket, men förskolan behöver se till att de har utvecklat ett system innan arbetet med barnen i köket kan starta, med hjälp av ett egenkontrollprogram. Detta för att upptäcka och förebygga och eventuellt åtgärda brister för att de ska kunna garantera att maten som serveras är säker (Livsmedelsverket 2021).

## 2.7.4 ” Steg för steg”

Steg-för-steg metoden går ut på att man ger barn möjligheten att tillaga en maträtt hela vägen från början till slut genom att följa anpassade recept. Dessa recept brukar bestå av bilder och kort text på olika kort och kan anpassas efter barnens nivå. Maträtten och stegen upprepas så många gånger barnen har lust till det. Målet är att det först ska vara enkelt och gripbart för att sedan utvecklas till mer abstrakta moment. Den här metoden introducerades av Mona Andersson, förskollärare, i ”Laga mat och baka med förskolebarn” (1994).

## 2.8 Dokument som styr

I skollagen (2010:800) står det att alla elever ska utan kostnad erbjudas näringsriktiga skolmåltider, men det står inget om måltider i förskolan. I förarbetet kan man dock läsa:

“Omsorg, utveckling och lärande innebär att se till hela barnet och dess behov. I begreppet omsorg ingår även att barnen serveras måltider. Naturligtvis ska dessa måltider, så som vissa remissinstanser påpekat, liksom i grundskolan vara varierade och näringsriktiga. Vid bedömningen av vad som är näringsriktiga måltider bör de svenska näringsrekommendationerna vara en utgångspunkt” (Prop. 2009/10:165 s. 345)

I Prop. 2009/10:165 sidan 311–312 står det inflytandet barn har även rör arbetsmiljöfrågor och där ingår bland annat måltider. Förskolan har ett eget kapitel i skollagen och är en egen skolform (Livsmedelsverket 2016). I förskolans läroplan: Lpfö 18 (Skolverket 2018) finns heller inte något särskilt skrivet om barnens måltider, men eftersom det enligt Prop. 2009/10:165 ingår måltider i begreppet omsorg så är tolkningen att det innefattas i förskolans pedagogiska arbete (Livsmedelsverket 2016c).

”Utbildningen ska utgå från en helhetssyn på barn och barnens behov, där omsorg, utveckling och lärande bildar en helhet. Undervisning innebär att stimulera och utmana barnen med läroplanens mål som utgångspunkt och riktning, och syftar till utveckling och lärande hos barnen” (Lpfö 18)

I Skolverkets allmänna råd för förskolan kan man läsa att barn i förskolan ska serveras näringsriktiga och varierande måltider med en jämn fördelning under dagen (Skolverket 2016). I målen i Lpfö 18 under 2.2 Omsorg, utvecklade och lärande står det att barnen ska få: ”förståelse för samband i naturen och för naturens olika kretslopp samt för hur människor, natur och samhälle påverkar varandra och förståelse för hur människors olika val i vardagen kan bidra till en hållbar utveckling”. I läroplanen beskrivs också förskolans uppdrag där de bland annat går att läsa att de ska uppmuntra nyfikenhet, kreativitet och intresse och att utbildningen

ska lägga en grund för ett livslångt lärande. Den också ska vara rolig, trygg och lärorik. Det går även att läsa att "När fysisk aktivitet, näringsriktiga måltider och hälsosam livsstil är en naturlig del av barnens dag kan utbildningen bidra till att barnen förstår hur detta kan påverka hälsa och välbefinnande" under rubriken hållbar utveckling samt hälsa och välbefinnande, som hör till kapitlet om förskolans uppdrag.

Lokala styrdokument kring mat förekommer, där kommuner eller enskilda förskolor kan besluta om sina egna planer eller program kring mat och måltider. Dessa omnämns ofta som måltidspolicy eller folkhälsoplan. Många kommuner använde sig av något sådant i sitt arbete med målområde 10 som berörde bra matvanor och säkra livsmedel (Livsmedelsverket 2016c). Sveriges folkhälsomål är nu sammanfattade till åtta och livsmedel går nu under målområde 6 som berör levnadsvanor (Folkhälsomyndigheten 2023a). Livsmedelslagstiftningen gäller också och avser säker mat i hela livsmedelskedjan och att skydda konsumenternas intressen. Konsumenterna ska inte bli lurade av maten och de ska inte heller bli sjuka av den (Livsmedelverket 2024).

## 3. Metod

### 3.1 Litteratursökning

Den här studien har inhämtat information från Livsmedelsverket och Skolverket, men även genom sökningar i databaserna Google Scholar, Science Direct och Pub Med. Genom att läsa andra studentarbeten kunde referenslistorna från dessa bidra till fler relevanta källor som tillhörde ämnet. Sökningarna har skett på både svenska och engelska med sökord som: (måltid OCH förskola) ELLER (pedagogik OCH mat) ELLER (måltidspedagogik) ELLER (barn OCH mat), (pedagogik AND food) OR (preschool AND food) OR (food AND children) Fysiska böcker har lånats från Götabiblioteken och Linköpings universitetsbibliotek.

### 3.2 Val av metod

För att kunna besvara frågeställningarna valdes metoden kvalitativa semistrukturerade intervjuer. Intervjuerna utfördes under april och maj 2024 och spelades in med tillstånd från personerna som deltog i studien. Studien avgränsades till kommunala förskolor med personal som arbetar med barn mellan 3–6 år och utfördes i en kommun i Östergötland i en omfattning av sex intervjuer på 3 förskolor. En förfrågan om deltagande skickades ut via mejl, se bilaga 1. Förfrågan gick ut till förskolepersonal i två olika kommuner i Östergötland. Innan intervjuerna började så fick deltagarna information om projektet och fick ge sitt medgivande till deltagande genom att signera en samtyckesblankett. Det framgick även att de var fria att dra tillbaka sitt deltagande om de önskade detta, se bilaga 2 och 3.

### 3.3 Semistrukturerade intervjuer

Kvalitativa intervjuer som teknik för att inhämta information kännetecknas av att de har en lägre grad av strukturering än kvantitativa intervjuer, med målet att ge personerna som intervjuas större utrymme att svara. När det kommer till semistrukturerade intervjuer så har de en lägre standardisering på ordningen som

frågorna ställs för att intervjun ska få en mer samtalsliknande form. Ordningen på frågorna anpassar från fall till fall. Intervjuaren kan välja att lista särskilda teman som ska beröras, och formulerar ibland inte tydliga intervjufrågor utan anpassar sig efter personen som intervjuas för att denne ska ha fritt utrymme att med egna ord svara på frågorna. Syftet med den här intervjutekniken är att påträffa och utskilja egenskaper eller utformning av exempelvis personens uppfattning om dennes livsvärld eller av en händelse (Patel & Davidson 2011).

### 3.4 Intervjuguide

Frågorna i intervjuguiden (se bilaga 1) togs fram med stöd från Livsmedelsverkets ”Nationella riktlinjer för måltider i förskolan” efter syftet för arbetet och formulerades som öppna, neutrala frågor. Vid behov ställdes följdfrågor. En pilotintervju utfördes för att testa frågorna och tidsåtgången och inga ändringar gjordes efter den intervjun. Pilotintervjun valdes att inkluderas i studiematerialet.

### 3.5 Studiedeltagare

Det var sex personer som tackade ja till att bli intervjuade, varav alla var utbildade förskollärare och kvinnor. De hade arbetat olika länge i förskola som utbildade förskollärare, två var relativt nyexaminerade och hade arbetat i 1 år, två hade arbetat i 3 respektive 5,5 år och två hade arbetat i 17 respektive 18 år. Tre personers var i grunden utbildade barnskötare, de med 18, 17 och 3 års arbetserfarenhet som förskollärare. De intervjuade arbetar alla i samma kommun, men på tre olika förskolor och totalt fyra olika avdelningar.

### 3.6 Bearbetning och analys

Eftersom det rör sig om en större mängd kvalitativa data så valdes tematisk analys som bearbetning av intervjuerna. Målet är att identifiera kategorier ifrån data insamlad under intervjuerna och se olika teman som är kopplade till den här studiens fokusområden. När data analyseras tematiskt så letar man exempelvis efter repetitioner, metaforer och analogier, likheter och skillnader men även efter data som saknas (Braun & Clarke 2006).

Tabell 1: Exempel på analysprocessen

Exempel från intervju	Kondenserad meningsenhet	Kod
”Ja, men måltider är... ska ju vara kul. Det ska kännas lustfyllt att äta liksom det ska inte kännas som ett tvång. Det är också en tid för att sitta ner med barnen, kunna prata, diskutera. Lyssna framför allt... på barnen för de, för de har mycket att säga!”	Måltiderna innebär gemenskap, samtal och en trevlig stund.	Måltidernas betydelse
”Men vi har ju ingen särskild utbildning, utan det är ju mycket på hur man är som person (...) Det var inte så mycket som man pratade om måltid, när jag gick min utbildning. Nej, det har ju kommit på senare år.”	Personal har ingen särskild utbildning.	Utbildning
”Vi har ju en jätteduktig tjej i köket som liksom hon kommer hit och är i köket under vårt lunchtillfälle (...) Däremot, jag vet vad hennes chef heter, men det är aldrig någon jag har träffat själv och det hade kanske varit spännande att få träffa honom och se vad han tänker och så där.”	Personal upplever att de har en god kommunikation med måltidspersonalen, men inte lika god med kostchefen.	Kommunikation
”Som när vi äter tacos? Då har vi ju inte bestick. Varför är det okej att ha bestick till vissa måltider, men alltså att typ tacos och pizza och hamburgare? Då får vi äta med händerna. Hur ska en tvååring veta när det är okej eller inte?”	Personal berättar om normer kring vår måltidskultur	Normer

Intervjuerna transkriberades och kodades sedan. Förskolor, personal och avdelningar har fått en numrering och fiktiva namn enligt tabell 1 nedan:

Tabell 2: Kodning av deltagare

Förskolepersonal	Förskola	Avdelning
1	Mörten	Tärnan
2	Siken	Rördrommen
3	Siken	Rördrommen
4	Öringen	Kärrhöken
5	Öringen	Kärrhöken
6	Mörten	Majvivan

## 4. Resultat

Syftet med arbetet har varit att genom semistrukturerade kvalitativa intervjuer med förskolepersonal få en bild av deras syn på måltider och pedagogiska måltider i förskolan. Tanken i uppstarten av arbetet var att intervjua både förskollärare och barnskötare, men av de som tackade ja till deltagande var alla förskollärare.

### 4.1 Måltidernas betydelse

Måltiderna beskrevs av alla som en stund av gemenskap och samtal men också (ang. lunchen) ett sätt att varva ner.

”Det är tre tillfällen på dagen, där vi där jag bara behöver liksom fokusera på de fem barnen som sitter runt mig. Jag kan fråga alla, jag har tid med alla. Inte jättelång tid, men som...men det är ett tillfälle att se varje barn lite extra!” (2)

”Ja, men måltider är... ska ju vara kul. Det ska kännas lustfyllt att äta liksom det ska inte kännas som ett tvång. Det är också en tid för att sitta ner med barnen, kunna prata, diskutera. Lyssna framför allt... på barnen för de, för de har mycket att säga!” (5)

”Men för mig är måltiderna mest så här gemenskaps...en gemenskapsvila.” (6)

Majoriteten beskrev måltiderna som språkträning i och med de samtal som uppstår, och att det finns möjligheter att använda måltiderna som en ingång till samtal med barnen.

”...så är det ju kanske att man pratar mycket. Olika färger på det man äter, hur saker som man äter låter, alltså om det är knaprigt eller om det inte hörs att man äter det kan också vara matematik. Det kan vara så här: Cirklar och klot och kanske antal ärtor man har på tallriken eller majs eller alltså, det är mycket annat som man får in i det och. Vad olika grönsaker heter och alltså hur maten ser ut och hur den smakar och den känns i munnen.” (1)

De pratade även om att det är lätt att koppla maten till olika undervisningsämnen såsom matematik och naturkunskap. Två personer pratade om att barnen får lära sig bordsskick och normerna för hur man umgås kring matbordet.



”Delvis hur man...hur man är gentemot varandra och när man sitter och äter, att man äter tyst och lugnt och har ett trevligt bordsskick och bemötande överlag att man pratar ordentligt och väl till varandra och...men också att man kan ju nyttja den situationen i utbildningssyfte jättemycket, både i matematik och språkligt” (3)

Måltiderna är, och har möjlighet, att innebära ganska många saker.

”Jag tänker, det finns ett ganska stort spann, på vad som är eller vad som ska vara under måltiderna, vad man tänker sig av en måltid, hur man betar sig tillsammans när man äter är ju väldigt mycket... det beror ju också på ålder på barnen väldigt mycket.” (1)

Flera ansåg att det viktigaste vid måltiderna var barnens möjlighet att välja vad de vill äta och att det fanns något för alla. Personal från Siken nämnde att måltidspersonalens engagemang i sitt arbete spelar stor roll för barnens matupplevelse.

”Nej men att vad som erbjuds framför allt tänker jag. (...) tänker att det beror ju mycket på de som jobbar vad de har...vad de tycker om sitt jobb och om de tycker om att jobba i köket och om de tycker om att erbjuda, framför allt i grönsaks väger. Vi är ju väldigt lyckligt lottad med det här vad jag har förstått.” (2)

”Alltså, alla äter ju samma måltider oavsett frukost, lunch eller mellanmål. Alla får ju likadant oavsett vad man nu... givetvis kan man valfrihet i grönsaker och vilken smörgås man väljer eller vilket pålägg man vill ha, eller om man inte vill ha någonting alls eller vatten eller mjölk eller så där. Där kan de ju påverka själva, men för övrigt så äter vi ju likadant och det är ju jättebra tycker jag att man gör att man ser det och att man vågar försöka få dem till att våga och provsmaka, och sen är det ju en lärande situation överlag.” (3)

Det var också viktigt att barnen fick ha en egen vilja, att inte bli tvingade att äta även om de blev uppmuntrade att smaka och att de skulle få möjlighet att själva avgöra när de känner sig mätta.

”Att man ja, men alltså utifrån alltså ... till barnen försöker jag ändå få med mig det här att vi kan ju smaka på allt, men det är okej att man inte tycker om. Det är helt okej alltså. (...). Ja, men alltså det är ju så med smakbilderna att helt plötsligt kan man tycka det är jättegott och vi har ju också hört från många vårdnadshavare som säger att nej, men det här barnet äter det inte fisk hemma. Och så gör man så här, men fast, det äter ju hur mycket som helst så det är. Det är därför det är så viktigt att ja...men får prova på att smaka och sen så här, det är helt okej att inte äta för man behöver inte tycka om allting. Det är ingen som tycker om allting, så det är väl något utav det viktigaste att liksom inte tvinga barnen till att äta någonting utan alltså det här med maten ska ju vara något kul.” (4)

”Nej, men det är väl att man måste få känna själv när man ätit sig mätt. Att man inte blir tvingad till äta upp tallriken... det som är på tallriken. Att man har ett eget val. Att nu känner jag att nej, men nu orkar inte mer, då behöver jag inte äta mer.” (5)

En uppgav att huvudfokuset bör vara att det ska vara en trevlig stund och en möjlighet för träning av språk och socialt samspel.

”Jag tänker att det ska vara en stund när man har trevligt tillsammans och också när man får barnen att prata inte bara föra dialoger med oss som vuxna utan när de för dialog med varandra när man själv kan sitta och lyssna som man bara är en del i samtalet. Så det är inte alltid så här att jag är den vuxna och det är jag som pratar eller ställer frågor.” (1)

## 4.2 Måltidspedagogik

Generellt gick det se att alla tyckte att måltidspedagogik var när själva måltiden har ett syfte och är något genomtänkt som barnen ska lära sig något ifrån. Gemenskapen och samtalet är viktigt, och att alla barn ska känns sig sedda och lyssnade på.

”Det är ett ganska vitt grepp för mig. Det innefattar ju att vi... vad som erbjuds. Olika färger, olika former, olika smaker. olika texturer, alltså att det ska finnas. Att det blir en... att man får lära sig bordsskick också och att hur man samtalar kring, vad man kan samtala kring en måltid liksom och att där finns det en vuxen som ser mig, att lyssna på mig som barn.” (2)

”Det betyder ju att det ska bidra till något lärande för barnen. Och kanske också... Att man utvecklar samtal och att man kanske ställer följdfrågor, om barnen ställer en fråga eller säger någonting då kanske man ska alltså då försöker man lyssna, vad var det barnet sa? Och så kan man ställa frågor vidare runt det och kanske utvidga svaren eller få nya tankar och funderingar.” (1)

I flera fall återkom de till saker som vi redan pratat om på tal om måltider ur ett brett helhetsperspektiv; hur måltiderna kan användas som ett lärandemoment.

”Men jag tänker att man har med ett slags lärande i måltiden (...) Det kan ju vara allt ifrån att lära sig om maten, vad vi äter för någonting. Vad grejerna heter, att man kan också få välja hur mycket man ska ha? (...) Men sen kan man ju prata om allt annat, pedagogik kan ju vara när man sitter och pratar om en myra? Det kan vara så mycket och jag tänker att så länge man samtalar så blir det också en ett lärande att få mera ord till exempel.” (5)

”Jag tycker inte om majs, men om du har bara smakat en gång, då kanske du inte heller vet för smaklökarna ändras ju lite, att efter andra eller tredje gången så kanske du faktiskt nej, men jag börjar ju tycka om majs till exempel eller vad det nu var så att den är ju den är ju viktig. Ja, tycker jag. Det är jätteviktig och att vi alla äter liksom samma saker. Även vi pedagoger äter av den här maten, vilket gör att det är viktigt. Vi äter den här fisken eller vad det nu är som serveras och jag tänker i hur vi är också och hur vi säger om vi tycker om maten eller om vi inte kanske gillar den lika mycket. Där förs ju över jättemycket på barnen också, så man måste ju själv tänka som vuxen och som pedagog. Att, hur låter det när jag säger något? Ja, så att man inte för över någon dålig känsla till barnen” (3)

En personal från Öringen pratade om ”från jord till bord” som ett sätt att naturlig prata om naturvetenskap.

”Alltså, vi sitter ju mycket och pratar om hur mycket det här jord till bord att man kan ta det här tillfället i akt (...) Jo, men köttet är ju faktiskt från början ett djur att det är liksom inte att det växer korvar ute på åkern utan. Nej, men alltså att man kan prata mycket om (...) att man verkligen tar tillvara på det här naturvetenskap som kanske är lite svår att få till, dyker så naturligt upp i måltidssituationen att liksom om hur växer potatisen och grönsakerna och vart kommer allting ifrån? (...) Vi har ju inte jättemycket möjlighet till det ute på gården, men vi odlar ju ärtor förra året som barnen sedan fick äta till maten. Men verkligen att man får se hur det går till, att från att man sår ett litet frö till att man har det på tallriken och...mycket sånt prat blir det.” (4)

En personal från Mörten tog upp att den såg det som att begreppet måltidpedagogik var delat i två delar, och att den personen upplevde det som att de som förskollärare bara hade tillgång till en del av begreppet.

”Det är så här att vi lär barnen om måltider, vilket vi inte direkt gör just nu. Jag vet att det finns förskolor som har så här matateljé som material. Jag kommer inte ihåg vad det heter? Matpedagoger? (...) För det skulle jag vilja lära mig en dag.” (6)

Och angående den delen av begreppet som personen har möjlighet att arbeta med idag återkom vi till samtalet mellan barn och förskollärare.

” Det här med att vi pratar och om vädret, vad tyckte du om maten och hur mår du idag? Så att då blir det pedagogik i matmiljön. Och så finns det matpedagogik, liksom så att jag ser det som olika saker och vi har lite för lite matpedagogik, tycker jag” (6)

På förskolan Siken berättade de att måltidspersonalen utbildat sig inom måltidspedagogik.

”Hon som jobbade i köket tidigare, hon gick i utbildning i måltidspedagogik och då fick ju vi ju... vi åkte med där på ett bananskal lite så att hon ville... (...) De fick liksom vara med och testa på att göra sin egna macka och då använde de ju och lekte lite med grönsakerna eller så. (...) Men det fungerade bra, sen ska det vävas in i det andra som vi också gör. (...) Vi hade en bra relation med [namn] som jobbade och det funkade. Och sen att hon tog några stycken i taget bara. Man behöver ju inte ha alla.” (2)

Nuvarande måltidspersonal på Siken är engagerad i att odla med barnen.

”Jag tycker det är jättespännande för barnen. Och se var det kommer ifrån, och förra året så planterade vi också. Då fick vi ju tillbaka på sommaren efteråt... för att våran måltid... liksom personalen i köket, tog ju med sig de plantorna hem över sommaren så de skulle klara sig och så sådde det upp dem hemma sedan vidare liksom och då plockade hon ur mig för tomaterna tillbaka som vi hade sått här, så de fick smaka på tomaterna själva.” (3)

Måltidspersonalen på Siken är också engagerade i matsalens stora salladsbuffé.

” (...) men de ser ju också framsteg i köket att de äter ju mycket bättre även om det går åt mycket mer grönsaker så är det ju roligt för det, säger något. Och barnen tycker att det är gott med grönsaker och de väljer att äta det när det då är så enkelt. Att nej, men jag vill ha mina

rivna morötter. De är inte ihop blandade med något annat, sedan finns det ju alltså du kan komma med sallader ibland och det är morötter och kanske är russin och ananas, men tycker du inte om det här så behöver du inte ta den? Då finns det kanske morotsstavar istället så att någon som gillar morötter brukar det oftast kanske ibland finnas två alternativ då om det nu skulle vara att den är lite blandad men alltså det finns möjligheter. Det är inte som en stor blandsallad. Ja, det är pizzasallad och det är blomkål som är liksom både lite såna här. Kål, coleslaw.... nästan lite allt alltså. Det finns massor med... en uppsjö varianter att välja på. Den tycker jag är trevlig.” (3)

### 4.3 Utbildning

Ingen av de intervjuade har haft någon möjlighet till utbildning eller några andra kunskaphöjande insatser inom måltidspedagogik, eller om barn och mat, på sin arbetsplats. De uttryckte också att utbildningen till förskollärare endast försett dem med en begränsad kunskap om måltider för barn och måltidspedagogik.

”Jo...man pratar inte jättemycket om måltider ändå, så utan mer att det ska vara lustfyllt och kul och att inte känna någon press? Det ska ju inte bli något negativt.” (5)

”Men vi har ju ingen särskild utbildning, utan det är ju mycket på hur man är som person (...). Det var inte så mycket som man pratade om måltid, när jag gick min utbildning. Nej, det har ju kommit på senare år.” (2)

”För det är ju tyvärr så att utbildningen är ju gedigen och väldigt, väldigt bra. Men det man får med sig där funkar inte i praktiken viktigt för det är inte så i verkligheten. Oftast är det. Alltså tidspress man hinner liksom inte med för man har många barn och det händer mycket på kort tid (...). Jag tänker att det skulle vara bra med någon form av utbildning för att det skulle vara likvärdig för barnen. Att vid måltiderna får man något som är genomtänkt och pedagogiskt och att man för de här samtalen att man inte sitter tyst kanske och bara tänker att man ska äta med barnen och att de ska sköta sig utan det ska liksom ge något och man ska också ha trevligt.” (1)

”Jag tycker inte att vi får någon vidareutbildning nu och på min utbildning så fick vi inte bara det. Stod ju bara pedagogisk lunch och tallriksmodellen, men jag känner inte att jag har fått någon (...). På utbildningen var det mycket guld och gröna skogar. Och ja, och så är det inte så i verkligheten!” (6)

### 4.4 Undervisning

Alla intervjuade uppger att de inte har något särskilt material som arbetar utifrån och de inhämtar inte kunskap från någon särskild källa, utan det handlar mer om information som når dem via olika kanaler som de tar till sig eller saker de har lärt sig sedan tidigare.

”Nej, men det är ju ja, men det är ju ja intresset och lite vad man har i ryggsäcken och... vart man kanske själv står lite så här.” (4)

”Ja att det är något man bara har lärt sig själv eller man har hört själv som liten eller att man tar det att man har ingen större kunskap så som inga från källor så med litteratur.” (5)

En person uppgav att det ansågs mer ligga på kostchefen och måltidspersonalens ansvar att ha uppdaterad kunskap om maten.

”Alltså hela den biten ligger ju egentligen på kostchefen och den personalen som står för att servera maten.” (1)

Alla upplevde att de hade tillförlit i det pedagogiska arbetet de gör kring måltiderna, men att det självklart alltid går att utveckla mera. En pratade om att det skulle kunna vara värdefullt med ett ännu större samarbete med måltidspersonalen och även med kostchefen för att barnen ska få möjlighet att se en större diversitet av råvaror.

”Jag tänker att är det bästa av världar, så skulle man ju vilja att man skulle kunna...att de skulle kunna komma upp från köket, du vet, och nu har vi handlat hem det här... den här frukten. Den har ni inte smakat förut. Typ så. Lägg mer på det vi redan gör. Skulle kännas omöjligt som det är nu. (...) Vi har det bra ändå för vi får lite frukt efter mellanmålet också för vi valde bort att ha fil varje dag till mellanmålet utan och vi fick få frukt istället. Men det är ju äpple, päron om banan ja, nej liksom till 95 procent och sen får vi vindruvor ibland och lite olika melon och lite annan sådär när det är säsong och där förstår jag... men, men där skulle man också kunna göra en insats att för många barn har ju inte sett några andra frukter än de som jag räknade upp.” (2)

”Jag skulle ju absolut vilja ha ännu mer kunskap för att kunna liksom ge det till barnen.” (4)

## 4.5 Arbetsmaterial

Alla uppgav att de inte hade något speciellt material att arbeta utefter. En personal pratade om att det kanske fanns material, men att det inte fanns tid till att hitta det.

”Egentligen kanske det finns, men tiden finns inte. Jag tycker att många gånger man inte hinner reflektera alltid när man är i matsituationen. (...) Ibland är vi ju... när man själv ordinarie personal med 2 vikarier. Då blir det ju inte alls om man har tänkt sig vid måltiderna då får inte alla barn den delen man tycker de behöver vid en måltid, eller iallafall min uppfattning om vad man ger barnen vid en måltid.” (1)

De andra uppgav att de upplevde att det inte fanns tid att arbeta mer med barn och mat på grund av att de behövde lägga fokus på andra inlärningsområden.

”Lägg mer på det vi redan gör...skulle kännas omöjligt som det är nu. Vi jobbar ju mycket med språket och många barn är språksvaga så vi behöver lägga fokuset där.” (2)

## 4.6 Pedagogiska måltider

Intervjuaren frågade om alla som arbetar har möjlighet att äta tillsammans med barnen.

”Som den nu så gör vi ju det. Det var på tal om att vi skulle börja... det är ju en förmån tycker de ju att vi har... Vi tycker att det ska vara självklart att vi ska äta med barnen. Men vi får väl se vad det blir av det att någon av oss inte ska äta eller så, men så ska man få ihop det...eller inte. När ska vi äta liksom? Så för mig är det jättekonstigt.” (2)

”Alltså, alla gör ju det nu, men vi har ju fått till oss att när vi är 4 i arbetslaget så är det egentligen bara 3 som har rätt att äta de här pedagogiska måltiderna och att den fjärde personen ska vara...Ja, vem som är den fjärde personen ska vara liksom rullande dag för dag så att en dag så äter inte jag pedagogisk måltid, men jag har möjlighet att köpa maten att sitta med och äta... Annars får jag köpa den och äta den på min rast. Men ibland har man rast halv 9 på morgonen och då finns det ingen mat.” (1)

”Alltså så här, ja, alltså, vi fick inte veta... nej, eller vi läste inte det finstilla i nya dokument att bara 3 pedagoger får äta med barnen, annars får man den fjärde köpa mat eller ta med eget. Då får man ju inte äta i matsalarna. Då måste vi sitta personalrummet. (...) Då ska man bara sitta och titta på. Då blir det inte pedagogiskt lunch på samma sätt tycker jag” (6)

Alla tyckte att det var viktigt att alla satt ner och åt tillsammans.

”Jag tror det är viktigt att man själv äter också. Så att de kan se, men jag äter också mat.” (5)

”Jag tycker det är jätteviktigt och matsituationen i sig ska ju vara en lugn och trevlig stund. Det ska ju vara harmoniskt när man sitter där och äter. Det spelar ju jätteroll i liksom hur barnet äter (...)” (3)

Angående att inte äta under den pedagogiska måltiden:

”Det känns som att man hamnar lite utanför gemenskapen.” (1)

”Nej, jag tycker att den delen är lika viktig som att vi har rätt kläder på oss när vi är ute. Och att vi har ja, men att vi är förebilder. Ja, för de kan ju säga...kommentera min tallrik exempel att jag har mycket grönsaker på min tallrik. Oj vad du har mycket grönsaker? Ja, men fast där är jag ju förebild. Ja, jag tycker att det är gott, bara att jag säger att det är gott och att jag har många olika färger gör ju att hon får upp ögonen för att man faktiskt kan äta så mycket grönsaker, det är inte farligt om man nu kommer från en värld där man inte gör det. Så jag tycker att vi är lika mycket viktiga förebilder där som att som vi är i de andra momenten vi har.” (2)

## 4.7 Maten i förskolan

De intervjuade uppger att de överlag har tillgång till bra mat. Personalen på Mörten och Öringen önskade en högre variation när det kommer till grönsaker.

”Jag tycker att vi har oftast bra mat. Sen kan man tycka att det vore bra med större variation på grönsaker och sallader så att barnen fick prova lite annat och då blev det ju också flera samtalsämnen och man blir bekant med flera livsmedel men, överlag så har vi ju bra mat (...) Alltså, jag tänker variationen på det vi får att äta, men tänker också att man kanske inte ska... glömma bort att det finns massa olika kål, till exempel att man inte alltid bara måste ha vitkålssallad eller pizzasallad, eller ja. Men så här att man får samma att det kan vara lite mer större variation att barnen vågar smaka lite mer och kanske också lite mer färger.” (1)

En personal från Mörten tillade att ris och potatis ibland inte är optimalt tillagade.

Och jag tycker också att liksom att riset här kan ibland och potatisen ofta inte vara genomkokt och jag tror att de ångade det länge så att de blir riset blir hårt och potatisen också typ sträv och det tycker jag också är lite tråkigt, men då kan jag säga så att det kokas på [annan plats] och sen värms det här och så blir det liksom.” (6)

Fem av de intervjuade berättade att de serveras soppa varje tisdag och att barnen äter dåligt av det och det istället blir att de äter smörgåsar hela dagen de dagarna, eftersom det serveras det till frukost, som tillhör till soppan och sedan även som mellanmål på eftermiddagen.

”Ja, men vi ser ju till exempel som ”soppdagarna”. Jag kan tycka att det är uselt att vissa barn en gång i veckan äter bara mackor från morgon till kväll, alltså eftermiddag så kanske du får macka på kvällen hemma, men det är det vad vi lever på liksom en dag i vecka är skillnaden om det var en dag i månaden, men det är en dag i veckan.” (2)

”Soppan är väl den som de absolut att det sämst utav måste jag nog säga då och då gäller inte det alla soppor. Absolut inte en del soppor tycker de är jättegoda, men sopporna är det ju och sen kan det vara någon fisk ibland så där som är. Den panerade fisken, ni älskar dem ju, men inte om det är liksom nakenfisk.” (3)

En persons teori om varför vissa rätter fortsätter serveras trots att barnen inte äter av dem.

”För att det har ju bara bestämt det här liksom, och det är...från kommun det är ju ekonomin som styr. Men vi får inte vara med och tycka där.” (2)

En av de intervjuade nämnde att den vegetariska kosten har låg variation och inte håller så hög kvalitet.

”Ja, vi får ju soppa här i tisdag och det är inte jättepopulärt. Det är ju vissa barn som gillar det, men jag tycker inte att barnen blir mätta och vi får inte... så här som det ska vara

sockerfri förskola och allt ska vara så extremt så får vi inga så här pannkakor till eller pizzabitar till mellis är det så här vi tänkte att om det är soppa kan man ju få de pannkaka också, eller åtminstone ha en bättre mellis, för annars är det ju bara mackor så att när det är soppa brukar vi kalla det för mack-tisdag. Att barnen äter 95 % smörgåsar istället. Så så att det och sen tycker jag att vegetariska maten är inte bra. Det är mycket torra kikärtsbiffar.” (6)

En personal på Mörten tyckte inte att all mat var tillagad på ett sätt som gjorde att barnen kunde tugga den och detta resulterade i mycket matsvinn.

”Ja, det är ju om vi får stekt fläsk med löksås och när man stekfläsket väldigt hårt. Barnen äter inte och tuggar inte det. Sen är det ju några gånger vi har fått någon köttgryta eller kanske fläskkotlett och det är ju liksom, barn kan inte tugga det om det inte är typ är väl efterkokt liksom. Så då får man ju oftast kasta mycket.” (1)

Personalen från Öringen berättade att de tyckte att menyn till ett barn med anpassad kost, inte var anpassad efter just det barnet, utan är en generell meny utan anpassningar för just den individen.

”Nej, men det är den här matlistan som vi går efter och då är det på måndagen är det potatisbullar på tisdagar på onsdag och det är samma vecka ut och vecka in och vecka ut (...) Jag tycker det är dumt att den heter anpassad när den inte är anpassad för det specifika barnet... Ja, men det är hamburgare på fredagar. Ja, men alla vill inte ha hamburgare. Alla tycker inte om potatisbullar. Han får ju till exempel, det är väl någon korv tror jag. Falukorv på onsdagar, men då har vi ofta panerad fisk och då är det jätteonödigt att de skickar falukorven för att han gillar panerat fisk. Då blir det bara onödigt jobb för köket som gör en extra måltid när han alltså ...och då tycker jag att en anpassande måltiden ska ju vara anpassad efter individen.” (4)

En av de intervjuade tog också upp att barnen skulle gynnas av att grönsakerna inte blandades samman med varandra, och att de då även kanske kunde minska mängden mat som slängs om råvarorna separerades.

”Jättebra att de smakar man kanske kan lägga på ett salladsblad liksom prova. Men det blir sånt tvång att liksom, men de vill bara ha gurka och då tycker inte jag man ska slänga på allting. Och då kunde du vara lite mer uppdelad, för det är ju mycket ofta så att många barn vill ha det uppdelat att korven ska vara för sig. Ska det vara för sig och sen får man blanda själv istället.” (4)

## 4.8 Kommunikation och påverkan

Alla uppgav att de hade en bra kommunikation med köket på respektive förskola, men i princip ingen kontakt med kostchefen. Flera belyste att de trodde det skulle vara givande för alla att mötas och prata om måltiderna för att det skulle vara möjligt att bli så bra som möjligt för barnen och för att de lättare ska förstå olika



beslut kring maten som serveras och för att kunna utbyta erfarenheter och lösningar på problem.

”Jag skulle väl kanske önska... det finns förbättringsmöjligheter. Alltså så kan jag känna för att jag tror att vi skulle må bra av att sitta tillsammans lite. Både rektor och förskola, rektor kost några representanter från förskolan, några representanter från kost liksom att man skulle prata ihop sig lite mer. Mer vad tycker vi är viktigt och hur kör vi hållbar utveckling alltså? Hur gör vi för att minska matsvinnet? Eller hur gör vi för att få barnen att smaka mer grönsaker? Eller alltså lite så att man skulle kunna dra nytta av varandras erfarenheter för vi behöver ju förstå att de inte kan handla in vattenmelon, förstår du...utan de gör de ju när det är säsong.” (2)

”Vi har ju en jätteduktig tjej i köket som liksom hon kommer hit och är i köket under vårt lunchtillfälle (...) Däremot, jag vet vad hennes chef heter, men det är aldrig någon jag har träffat själv och det hade kanske varit spännande att få träffa honom och se vad han tänker och så där.” (4)

En av de intervjuade lyfte upp att barnen inte är så delaktiga i sin matsituation som de skulle kunna få vara.

”Nej, men jag kan väl tycka att barn också kanske kan vara lite delaktiga i vad som ska serveras vad de tycker om att... Att det blir mat som de tycker är gott och som de vill äta av. Jag tänker att det är viktigt att de får i sig mat här för att orka. Det märks så tydligt vad de barn som kanske inte tycker om maten den dagen. På eftermiddagen är det tufft att orka med. Det blir kämpigt, man blir lite trött och blodsockret är säkert inte jättehögt.” (5)

En personal på Mörten berättade att det finns en vilja att samarbeta med måltidspersonal i olika projekt som exempelvis att odla med barnen, men förskolepersonalen upplever inte att de har tid för det.

”Vi fick igenom nu för att vi var så trötta på pågen-limpan, så vi fick igenom att de testa lite nya bröd och barnen äter kanske inte allting eftersom de är så vana vid den där sockerlimpan, men nu de lyssnar på oss och tar in lite olika knäckebröd och varierar så det är skönt(...) Och vi gjorde äppelmosen då och då serverade de vårt mos till alla för att vi har lite samarbete och köket försöker få oss att ta tid att samarbeta med ica, för ica erbjuder att vi kan komma dit och hämta lite restprodukter och samarbeta med ica. Men sedan har inte vi haft tiden till det. Typ så och de vill gärna att vi odlar. Men det är väldigt mycket som man vill göra och inte hinna. Men så att jag tycker ändå det är bra samarbete mellan köket så.” (6)

## 4.9 Logistik och miljö

Två personer tog upp att de tycker att logistiken på förskolan Mörten är ett hinder för en bra måltidssituation. Dessa personer arbetar på samma förskola, men på olika avdelningar; Tärnan och Majvivan.

”Jag tror att logistiken är en som styr mycket eftersom vi har tre...Just nu har vi 3 olika sittningar, alltså. Vi har ju sitter ju på mellantiden. Då har man satt av en halvtimme ungefär till varje avdelning. Och den avdelning som kommer ner efter oss, de är ju 22 barn och de är ju...5 år i år oss blivande sexåringar. Då behöver ju vi i stort sett nästan ätit färdigt och gått därifrån för det blir ingen lugn.... matsituation. För att våra barn som då sitter... vi sitter i en inre delen av matsalen. Det är ganska stor dörröppning. Då vill ju alla våra barn sitta och titta utåt. Det blir ett avbrott i måltiden och då tappar man fokus. Så för att försöka få något lugn så skulle man önska att man hade skärmvägg eller någonting annat som man kunde liksom försöka få matro med barnen. så det är det. Dels är det ju avskärmning men det är ju också ljudnivåerna, det blir ju ganska skramligt. Och lite stökigt, så...så där skulle man ju önska sig tystare möbler till exempel. Både bord och stolar och så, nu har vi ju så här plasttallrikar och plastglas och så. Det var väl också en tanke med att det skulle bli tystare med måltiderna, men samtidigt så är det dålig kvalitet på sakerna...Det är bra när glasen hamnar i golvet, de går ju inte sönder nej, men. Det känns inte som att vi kan påverka jättemycket.” (1)

”För hela förskolan, typ något sånt och sen just det här bara att ge det tid att det ska inte vara så stressigt. Men vi måste ge plats i matsalen för att alla ska få plats att äta så får det vara lite så här kösystem. (...) Men liksom jag tycker inte det ska bli stressigt och sen så tycker jag att det ska vara lite mer avskärmat mellan varje bord.” (6)

En person på förskolan Siken berättade också att det var viktigt att det är en lugn miljö i matsalen, men att det inte var ett problem i nuläget.

”Det ska ju vara harmoniskt när man sitter där och äter. Det spelar ju jätteroll i liksom hur barnet äter och liksom så och skulle det vara skojigt och stimmigt då kanske barnet äter sämre den här dagen eller om barnet är trött eller så så är det jätteviktigt att man har en harmonisk stund när man sitter där och äter och man gör det så bra som man bara kan och sen att man hela tiden utvärderar och kollar lite.” (2)

Det finns begränsningar i vilka projekt som går att starta i barngruppen.

”Jag skulle tycka liksom vi fick baka och sådär med barnen, men det får vi inte ha socker och sånt så mycket. Vi får baka om vi har en baktanke så att vi gjorde ju pannkakor förra året för att vi läste en bok om pannkakor, men vi fick inte ha sylt så vi fick göra eget äppelmos liksom. Det hade varit kul om... men maten lagas inte på Mörten utan vi får ju maten, och det hade varit kul om de lagar så här så att några barn varje vecka kunde gå ner och hjälpa till i köket. Kanske med en pedagog och duka fram och för jag tror att det skulle uppmuntra barn att ville äta mer om de gjorde maten själva tror jag.” (6)

Ett problem som belystes var vikten av kollegor som arbetar bra tillsammans och hur det påverkas av exempelvis vikarier i barngruppen.

”Jag har en kollega som har jobbat med egentligen i nästan 2 år. Då har man hunnit att jobba ihop sig och man känner varandra så väl och man får lite samma alltså. Man har kanske redan samma värderingar alltså samma moral alltså. Tänk det här etiska runt barnen och så. För det är också en viktig del i verksamheten hela tiden och då är det ju mycket enklare, men har man någon personal som kanske inte riktigt känns som den är med på tåget, man får en ny kollega. Det blir stökigt i barngruppen och barnen testar gränserna med den här nya kollegan. Det blir liksom rörigare det. Även måltiderna blir ju röriga.” (1)

## 4.10 Normer

Det var även två som resonerade om vissa normer kring bestick som finns i samhället.

”Om det vi har pratat en del om som jag har funderat mycket om. Jag vet ju att barn ska äta med bestick och de ska lära sig liksom och skära och dela och ja, men så och hantera besticken. Men samtidigt så tänker man ibland som de yngsta barnen som oftast då äter mycket med händerna, att deras upplevelse blir lite annan. Jag tänker på det ibland när de äter alltså, vi har ju även barn nu som kan ta en halv potatis i handen. Det är också kanske så här...är det så viktigt att man äter med besticken? Man kanske vill plocka ärtorna med fingrarna och klämma ut liksom och äta dem i 2 delar? Det kanske också är för känslan och upplevelsen vi som vuxna kanske missar något och begränsar barnen? När vi tycker att det är viktigt att de ska äta med bestick.” (1)

”Som när vi äter tacos? Då har vi ju inte bestick. Varför är det okej att ha bestick till vissa måltider, men alltså att typ tacos och pizza och hamburgare? Då får vi äta med händerna. Hur ska en tvååring veta när det är okej eller inte?” (4)

## 5. Diskussion

### 5.1 Metoddiskussion

Målet med arbete var att fånga förskolepersonals syn på vad måltider i förskolan är samt belysa eventuella hinder och svårigheter i det arbetet. Frågeställningarna har gått att besvara. Urvalet var väldigt litet, fördelat på sex personer från en kommun, vilket gör att det är svårt att få en bred bild. Deras upplevelse är delvis också kopplad till hur just den kommunen valt att arbeta kring måltiderna i förskolan. Intervjuaren är inte tränad i någon intervjuteknik och har en begränsad kunskap om förskolans värld och pedagogiskt arbete, vilket har påverkat hur arbetet har lagts upp och utformningen av frågorna. Frågorna formulerades öppna och breda vilket var både positivt och negativt. För många av de intervjuade gav det en frihet att tänka och resonera fritt, men för andra verkade tycka att det var svårt att svara och ville att intervjuaren skulle hjälpa dem på traven vilket upplevdes som svårt eftersom de ville påverka deras svar så lite som möjligt.

### 5.2 Resultatdiskussion

De intervjuade förskollärarna hade en relativt samstämmig bild av att måltiderna i förskolan var en möjlighet till samling, gemenskap och samtal. Några tog upp att det var en möjlighet till språkträning samt kunde användas för matematiska och naturvetenskapliga exempel. De pratade även om uppfostran såsom bordsskick. Dock är detta kanske inte alltid verkligheten eftersom några lyfte att de kände tidspress att få barnen till och från matsalen för att de är många som delar på samma matsal. Tillsammans med en hög ljudnivå och mycket distraktion för barnen, gjorde att måltidssituationen kändes stressig och kanske inte så trivsamt som den skulle kunna vara.

Begreppet måltidspedagogik ansågs vara när själva måltidssituationen är genomtänkt, har ett syfte och kan fungera som ett lärandemoment. De pratade om att det viktigaste även här var gemenskapen och samtalen och att kunna använda måltiderna som ett lärandemoment vilket tyder på att det finns en samstämmighet i att måltiderna faktiskt ses som en resurs för att kunna nå målen i läroplanen, Lpfö 18. En person lyfte att denne upplevde sig bara ha möjlighet att arbeta med delar av vad som för den personen ansågs vad måltidspedagogik på grund av att kunskap saknades. Alla de intervjuade uppgav att de inte hade fått någon tillgång till någon form av kunskapshöjande insatser eller utbildning och att de inte heller hade fått med sig så mycket från utbildningen till förskollärare angående måltider i förskolan, vilket är värt att notera då alla personer hade examinerats vid olika tillfällen under en period av 17 år. De angav också att de inte hade något speciellt material att jobba utifrån. Sepp et al. (2006) intervjuade förskolepersonal, där de intervjuade hade en tydlig bild av att de fungerade som en vuxen förebild för barnen men också var osäkra på hur måltiderna kunde användas i förskolas arbete. Det verkar fortfarande som förekolpersonalen ser sig som en förebild för barnen i matsituationerna, men alla såg måltiderna som en resurs och hade en tydlig bild för hur de kunde användas i det pedagogiska arbetet, till skillnad från tidigare studie av Sepp et al. (2006), med tillägg att intervjuerna i den studien utfördes under 1998.

När vi samtalade kring de pedagogiska måltiderna var alla överens att det är viktigt att personalen kan sitta ner och äta med barnen för att det ska bli en naturlig måltidssituation och att de ska fungera som förebilder för barnen i måltidssituationen. Att det är viktigt med positiva förebilder i måltidssituationen för barn har både Adessi et al (2005); Anzman-Frasca et al. (2012) och Bernstein (1978) kunna påvisa. Barn är mer benägna att prova nya maträtter och råvaror om de ser en vuxen äta detsamma. De var också kritiska till att många kommuner har valt att personalen ska betala för lunchen, vilket de anser skapar problem för de som av någon anledning inte vill betala och då ska äta på sin rast, som nödvändigtvis inte infaller kring lunchtid. Att endast sitta med och inte äta gör det även svårt att kunna samtala om maten på ett naturligt sätt.

Alla uppgav att de tycker att de har tillgång till bra mat, men ville belysa att variation var emellanåt för låg. Fyra av de intervjuade berättade att de hade väldigt låg variation på grönsaker. En person pratade om att variation av frukt var låg, men antog att det delvis berodde på vad som var i säsong men även vilken budget som fanns. Harris (2008) kunde se att det är positivt att barn exponeras för en hög variation av livsmedel och Ventura & Worobey (2013) kunde se att upprepade exponeringar av råvaror som tidigare var okända för barnet var det bästa sättet att öka barnens intag. Menadeva et al. (2015) såg att barn har en tendens att föredra mat som var känd för dem sedan tidigare. Allt detta pekar på att det bara är positivt med en hög variation för barnens intag av frukt och grönt. Fem av sex intervjuade

nämnde att de varje tisdag serverade soppa, vilket barnen ofta åt väldigt dåligt av. Istället åt barnen smörgåsar, så några kallade sopp-dagarna för ”mack-tisdag”. Två personer berättade att det fanns maträtter som inte var optimalt tillagade, som kött som var svår att tugga och potatis och ris som var hårt. Detta resulterade i svinn och hungriga barn. De ställer sig också tveksamma till om det känns bra att många barn endast äter smörgåsar en hel dag, men hade fått dåligt gehör på förändringsförslag samt deras förslag på ett matigare mellanmål på eftermiddagarna av sopp-dagarna. Personal från samma förskola berättade att det fanns barn med anpassad kost, som de upplevde inte var anpassad efter just den individen utan ändå utgick från någon sorts satt standardiserad matsedel vilket resulterade i att barnet åt dåligt och blev trött och hungrig under dagen. Det gjorde också att större delen av maten slängdes. De upplevde att de fick ett dåligt gehör från kostchefen. En tolkning av att de tyckte att maten är bra, men ändå lyfte flera negativa aspekter, är att det kanske är vanligt att tänka att det kunde varit sämre och att det finns en norm att vi ska vara tacksamma att barnen har tillgång till kostnadsfri tillagad mat varje dag?

Samarbetet med måltidspersonalen beskrevs som gott, och på sina håll fanns en önskan att utöka det men begränsningen var tiden och att de upplevde att de inte hann. Att det inte fanns tid eller möjlighet att utföra olika aktiviteter återkom med alla intervjuade under intervjutiden. Möjligheterna var främst logistiska, antingen på grund av utemiljöns utformning eller hur byggnaden var utformad invändigt. Ingen av de intervjuade hade haft någon direkt kontakt med kommunens kostchef. Det togs upp att en ökad kommunikation och samarbete mellan de olika yrkeskategorierna involverade kring barnens måltider hade varit önskvärt och värdefullt för att kunna hitta lösningar effektivare och få en ökad förståelse för varandra, Sepp & Höijer (2016) pratar om hur viktigt det är att etablera samarbeten för att arbetet ska gå att utföra. De tar även upp vikten av tillgång på kunskap, verktyg, färdigheter samt vikten i att få stöd uppifrån och tillräckliga resurser. De nämner även att om detta inte finns, ligger ansvaret kring arbetet med maten i förskolan på ett fåtal eldsjälar.

Personalen på förskolan med en måltidspersonal med högt engagemang i salladsbuffén hade inget negativt att säga om grönsakerna, utan tyckte att variationen var positiv och att det alltid fanns något för alla. Tidigare måltidspersonal hade haft en utbildning i måltidspedagogik och haft olika projekt med små grupper av barn vilket de upplevde som givande, och den nuvarande personalen hade huvudansvaret för det de odlade tillsammans med barnen, vilket de såg som en resurs och de var positiva kring nyttan detta gav barnen. Flera studier har lyft nyttan av att dels engagera barn i någon form av mat tillredning såsom Pflugh Prescott et al. (2019) och odling Davies et al. (2014) för att få barn att äta med frukt och grönsaker, även om vidare forskning skulle vara nödvändigt. Sepp & Höijer (2016) anser att det som oftast är svårast för att börja komma igång att

Arbeta mer kring måltiderna är att ha möjlighet till att etablera ett samarbete mellan förskolepersonalen och måltidspersonalen. SLV (2016c) tar också upp vikten av kompetens, engagemang och samverkan. En av de intervjuade tog upp att denne tyckte måltidspersonalens engagemang och inställning var viktig för hur måltiderna blir.

Under intervjuerna pratades om vikten att barn inte får tvingas att äta, att de har en egen vilja och smak samt att de jobbar för att uppmuntra dem att smaka utan tvång. Detta stämmer väl överens med Ventura & Worobey (2013) och Harris (2008) som såg att om ett barn blev tvingad att äta okänd mat hade en negativ upplevelse och associerade den okända maten med den upplevelsen.

Något som noterades var att de intervjuade ändå använde flera begrepp och tankar kring måltidspedagogik genom att prata om matsensorik (även om just det begreppet inte användes) samt om ”jord till bord” även om de uppgav att de saknade utbildning och djupgående kunskap i ämnet. Olika kunskapshöjda insatser och material att arbeta utefter är viktigt för att personalen ska kunna känna att de har rätt kompetens och verktyg att kunna arbeta med, men också för jämna ut skillnader mellan olika förskolor för att barnen ska få en likvärdig utbildning. I SLV:s bakgrundarbete till revideringen av råden kring ”Bra måltider i förskolan” (2016b) talar dem om matsensorik, eller sensorisk utveckling, samt hur stödet till förskolorna i det arbetet ska förbättras och hur de ska kunna bedriva ett arbete kring maten som ett pedagogiskt material. I år är det 8 år sedan ”Bra måltider i förskolan” släpptes, och inga av de intervjuade angav att de hade något material att arbeta utefter och de inte inhämtar kunskap om barn och mat från någon särskild källa vilket kan ses som en svaghet om Livsmedelsverkets råd kring barn och mat i förskolan faktiskt inte når ut till en del av den yrkeskategorin som arbetar med just barn i förskolan. En person pratade om att de inte hade tiden som behövdes för att arbeta med fler ämnen än vad de redan gör, på grund av att många barn är språksvaga och deras fokus då ligger på språkträning. Detta kan också tyda på bristen på material att arbeta utefter, eftersom måltidspedagogik borde ha möjligheten att på olika sätt stärka barns språk, särskild kring arbetet med matsensorik där barnen får öva på att beskriva upplevelsen de har av att använda sina sinnen i olika övningar. En av måltidspedagogikens modeller ”Barn i köket” har setts vara positivt för barns självkänsla, men också ett sätt för språklig utveckling enligt Sepp (2017).

Måltiderna är en stund som kan tolkas orsaka stress hos personalen på grund av tid, personalbrist och eventuellt oerfarna vikarier. En byggnad med dålig logistik med många störningsmoment i matsalen gör det också mycket svårare att få till bra och trivsamma måltider.

### 5.3 Förslag på vidare forskning

En begränsning i den här studien är mängden deltagare och att den utfördes i samma kommun. Det skulle behövs en större studie med fler deltagare med en större spridning för att kunna möjliggöra att dra några generella slutsatser i ämnet. Det hade även varit intressant att samla rektorer, måltidspersonal och kostchefers åsikter för att få en bättre helhetsbild.

Några frågor som uppkommit på vägen är varför personalen anser att de inte har några källor att hämta information ifrån och varför upplever de att de inte har material att arbeta utifrån, eller tiden att hitta det? Detta känns som ett viktigt hinder.

Hur spelar storleken på barngruppen in? Hur mycket tid har förskollärarna för planering och reflektion, är det tillräckligt?

En fundering som uppkom under arbetets gång är om negativa känslor kring mat, och hur vi väljer att prata med barn om mat kan hjälpa till att förebygga framtida negativa associationer och känslor kring mat? Mat kan vara positivt och bidra till gemenskap, välbefinnande och samtal, men det kan också bli kopplat till många komplexa och negativa känslor.



## 6. Slutsats

Syftet med den här studien har varit att genom semistrukturerade intervjuer med förskolepersonal få deras syn på vad måltider i förskolan är, men även fånga upp deras syn på pedagogiska måltider eller pedagogisk lunch samt måltidspedagogik. Målet har även varit att belysa både möjligheter, och svårigheter och hinder som finns för det pedagogiska arbetet och om de upplever att det fattas aspekter som de tycker skulle vara viktigt att arbeta med när det kommer till barn och mat.

- Måltiderna i förskolan var en möjlighet till samling, gemenskap och samtal. De sågs också som en möjlighet till uppfostran, språkträning och som användning för naturvetenskapliga och matematiska exempel.
- Måltidspedagogik ansågs vara när själva måltidssituationen är genomtänkt, har ett syfte och kan fungera som ett lärandemoment. De pratade om att det viktigaste även här var gemenskapen och samtalen och att kunna använda måltiderna som ett lärandemoment vilket tyder på att det finns en samstämmighet i att måltiderna faktiskt ses som en resurs för att kunna nå målen i läroplanen.
- De pedagogiska måltiderna anses viktiga av personalen och påverkas negativt av att alla inte har möjlighet att sitta ner och äta med barnen.
- Personalen ansåg att de inte fått tillgång till kunskapshöjande insatser eller utbildning, samt att deras universitetsutbildning endast gett dem en begränsad kunskap om barn och mat. Dock använde de intervjuade flera begrepp och tankar kring måltidspedagogik, men det finns ett behov av att höja den gemensamma kunskapsnivån. De hade inget material att arbeta utifrån. Det finns ett behov av kunskap och verktyg samt stöd uppifrån och en bättre kommunikation och samverkan mellan alla som arbetar med måltiderna i förskolan.
- Tid och logistik i byggnaderna upplevs som en begränsning.
- Engagerad måltidspersonal är viktigt för bland annat barnens exponering av en större mängd grönsaker och odlingskunskaper.

## Referenser

- Adessi, E., Galloway, A.T., Visalberghi, E. & Birch L.L. (2005). Specific social influences on the acceptance of novel foods in 2–5-year-old children. *Appetite*. 45, 264–271.
- Andersson, M. (1994). Laga mat och baka med förskolebarn. Studentlitteratur AB.
- Anzman-Frasca, S., Savage, J.S., Marini, M.E., Fisher, J.O. & Birch, L.L. (2012). Repeated exposure and associative conditioning promote preschool children's liking of vegetables. *Appetite*. 58, 543–553.
- Algotsson, S. & Östrom, Å. (2011). *Sinnenas skafferi*. Måltidsakademins Förlag i Grythyttan AB.
- Bernstein, I.L. (1978). Learned taste aversions in children receiving chemotherapy. *Science*, 200 (4347), 1302–1303.
- Bevelander, K.E., Anschütz, D.J. & Engels, R.C.M.E. (2012). Social norms in food intake among normal weight and overweight children. *Appetite*. 58, 864–872
- Bevelander, K.E., Lichtwarck-Aschoff, A., Anschütz, D.J., Hermans, R.C.J. & Engels, R.C.M.E. (2013). Imitation of snack food intake among normal-weight and overweight children. *Frontiers in Psychology*. 4 (949).
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2), 77–101.
- Cunningham-Sabo, L. & Lohse, B. (2013). Cooking with kids positively affects fourth graders' vegetable preferences and attitudes and self-efficacy for food and cooking. *Childhood Obesity*. 9 (6), 549–56.
- Davies, J.M., Mackenzie S.R. & Somerset, S. (2014). Sustainance and sustainability: maximizing the impact of school gardens on health outcomes. *Public Health Nutrition*. 18(13), 2358–2367
- De Cosmi, V., Scaglioni, S. & Agostoni, C. (2017). Early taste experiences and later food choices. *Nutrients in Infancy*. 9 (2), 107.

- Folkhälsomyndigheten. (2023a). *Folkhälsopolitikens målområden – Målområde 6: Levnadsvanor*. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/f/folkhalsopolitikens-malomraden-malomrade-6-levnadsvanor/> [2023-04-04]
- Folkhälsomyndigheten. (2023b). *Insatser för att bromsa ökningen av övervikt och fetma hos barn*. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/mat-fysisk-aktivitet-overvikt-och-fetma/overvikt-och-fetma/riktlinjer-och-rekommendationer-for-overvikt-och-fetma/insatser-for-att-bromsa-okningen-av-overvikt-och-fetma-hos-barn/> [2023-05-22]
- Harris, G. (2008). Development of taste and food preferences in children. *Current Opinion in Clinical Nutrition & Metabolic Care*. 11 (3), 315–9.
- Hendy, H.M. (2002). Effectiveness of trained peermodels to encourage food acceptance in preschool children. *Appetite*. 39, 217–225.
- Hendy, H.M. & Raudenbush, B. (2000). Effectiveness of teacher modeling to encourage food acceptance in preschool children. *Appetite*. 34, 61–76.
- Laureati, M., Bergamaschi, V. & Pagliarini, E. (2014). School-based intervention with children. Peer-modeling, reward and repeated exposure reduce food neophobia and increase liking of fruits and vegetables. *Appetite*. 83, 26–32.
- Livsmedelsverket. (2015). *Bra livsmedelsval för barn 2–17 år*. (nr 11/2015). Livsmedelsverket.
- Livsmedelsverket. (2016a). *Barns matvanor ur ett sensoriskt och pedagogiskt perspektiv*. Livsmedelsverket.
- Livsmedelsverket. (2016b). *Bra måltider i förskolan – hanteringsrapport, fördjupning och bakgrund till revideringen av råden ”Bra måltider i förskolan” 2016*. Livsmedelsverket.
- Livsmedelsverket. (2016c). *Nationella riktlinjer för måltider i förskolan*. [Broschyr]. Livsmedelsverket
- Livsmedelsverket. (2018). *Nationella riktlinjer för måltider i skolan*. [Broschyr]. Livsmedelsverket.
- Livsmedelsverket. (2021). *Lokaler, hygien och företagens egen kontroll*. [https://www.livsmedelsverket.se/foretagande-regler-kontroll/regler-for-livsmedelsforetag/lokaler\\_hygien\\_foretagens\\_egen\\_kontroll](https://www.livsmedelsverket.se/foretagande-regler-kontroll/regler-for-livsmedelsforetag/lokaler_hygien_foretagens_egen_kontroll) [2024-04-10]

- Livsmedelsverket. (2024). *Kontrollmyndigheternas uppdrag och uppgifter*.  
[https://kontrollwiki.livsmedelsverket.se/artikel/604/kontrollmyndigheternas-  
uppdrag-och-uppgifter](https://kontrollwiki.livsmedelsverket.se/artikel/604/kontrollmyndigheternas-uppdrag-och-uppgifter) [2024-04-03]
- Nationalencyklopedin. (2023). *Pedagogik*.  
<https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/pedagogik> [2024-04-11]
- Nekitsing, C., Hetherington, M.M. & Blundell-Birtill, P. (2018). Developing healthy food preferences in preschool children through taste exposure, sensory learning and nutrition education. *Current Obesity Reports*. 7, 60–67.
- Patel, R. & Davidson, B. (2011). *Forskningsmetodikens grunder*. 4 uppl., Studentlitteratur AB.
- Pflugh Prescott, M, Lohse, B., Mitchell, D.C. & Cunningham-Sabo, L. (2019). Child assessments of vegetable preferences and cooking self-efficacy show predictive validity with targeted diet quality measures. *BMC Nutrition*. 5.
- Proposition 2009/10:165. *Den nya skollagen - för kunskap, valfrihet och trygghet*. 311–312, 345.
- Salvy, S-J-, Vartanian, L.R., Coelho, J.S., Jarrin, D. & Pliner, P.P. (2008). The role of familiarity on modeling of eating and food consumption in children. *Appetite*. 50, 514–518
- Sepp, H., Abrahamsson, L. & Fjellström, C. (2006). Pre-school staffs' attitudes toward foods in relation to the pedagogic meal. *International Journal of Consumer Studies*. 30, 224–232
- Sepp H. & Höijer K. (2016). Food as a tool for learning in everyday activities at preschool – an exploratory study from Sweden. *Food & Nutrition Research*. 60.
- Sepp H. (2017). *Måltidspedagogik i förskolan*. 1 uppl., Gothia Fortbildning AB.
- SFS 2006:804. *Livsmedelslag*. Landsbygds- och infrastrukturdepartementet.
- SFS 2010:800. *Skollag*. Utbildningsdepartementet.
- Skolverket. (2022). *Barn och personal i förskola – hösten 2022*.  
[https://www.skolverket.se/publikationsserier/beskrivande-statistik/2023/barn-  
och-personal-i-forskola---hosten-2022](https://www.skolverket.se/publikationsserier/beskrivande-statistik/2023/barn-och-personal-i-forskola---hosten-2022) [2024-04-10]
- Skolverket. (2000). *Barnomsorgen i Sverige*. [Broschyr] Skolverket.
- Skolverket. (2018). *Läroplan för förskolan: Lpfö 18*. Skolverket.

- Skolverket. (2016). *Skolverkets allmänna råd med kommentarer: Förskolan*. [Broschyr]. Skolverket.
- Skolverket. (2023). Undervisning i förskolan. <https://www.skolverket.se/skolutveckling/inspiration-och-stod-i-arbetet/stod-i-arbetet/undervisning-i-forskolan> [2024-04-12]
- Skolmat Sverige. (u.å.) *Skolmatens historia*. <https://www.skolmatsverige.se/om-oss/skolmatens-historia/> [2024-03-27]
- Sveriges Lärare. (u.å.). *Pedagogisk lunch*. <https://www.sverigeslarare.se/rad-och-stod/arbetstid/regler-for-arbetstiden/pedagogisk-lunch/> [2024-04-05]
- Ventura, K. A. & Worobey, J. (2013). Early influences on the development of food preferences. *Current Biology*. 23 (9), 401–8.
- Wesslén, A., Sepp, H. & Fjellström, C. (2002). Swedish preschool children's experience of food. *International Journal of Consumer Studies*. 26, 264–271.

## 7. Populärvetenskaplig sammanfattning

Barn i förskoleåldern växer och utvecklas mycket och därför är det viktigt att maten innehåller allt de behöver så det finns energi och näring för utveckling, lek och lärande. Barn föredrar att äta mat som de känner igen sedan tidigare, och därför är det viktigt att barnen får bekanta sig med många olika livsmedel. Matvanor som utvecklas hos yngre barn finns ofta kvar även när de blivit vuxna och det är viktigt att barn får en chans att äta mat med stor variation för att ha möjlighet att få hälsosamma matvanor. Mat är också en upplevelse och att äta måltider tillsammans bidrar till gemenskap. Barnen har en möjlighet att utvecklas till medvetna framtida konsumenter om maten är en del av deras utbildning. Barn äter idag ofta fler måltider i förskolan än vad de gör hemma, och måltiderna de äter i förskolan är viktiga för barnen och samhällets utveckling eftersom alla barn inte har samma förutsättningar. I Sverige har vi en ökning av olika sjukdomar som är kopplade till våra matvanor och det är därför viktigt att försöka lägga en grund för bra matvanor tidigt i våra barns liv. För att förskolepersonalen ska ha möjlighet att använda mat som en del av barnens utbildning behöver det finnas ett bra samarbete och en fungerande kommunikation mellan alla som arbetar med maten. En god kunskap och helhetsförståelse för mat behövs också för att arbetet ska bli bra i det långa loppet. Arbetet med barn och mat riskerar annars ofta att drivas av ett fåtal eldsjälar.

Syftet med den här studien har varit att intervjua förskolepersonal få deras syn på vad måltider i förskolan är, men även fånga upp deras syn på pedagogiska måltider eller pedagogisk lunch samt begreppet måltidspedagogik. Målet har varit att de vilka möjligheter och svårigheter som finns och se om de upplever att det fattas delar i arbetet med barn och mat som de tycker skulle vara viktiga att arbeta med. Förskolepersonalen i den här studien såg måltiderna som en resurs som kunde användas för att uppfylla målen i läroplanen. De berättade att de inte fått någon speciell utbildning om barn och mat. De hade heller inget speciellt material som de utgick ifrån i arbetet. Tid, och hur lokalerna var byggda upplevs som en begränsning för att måltiderna ska kunna bli trivsamma och stressfria. Engagerad måltidspersonal är viktig för bland annat hur mycket variation barnen får av grönsaker samt om de har möjlighet att delta i olika projekt, som exempelvis odling.

## 8. Tack

Jag vill rikta ett stort tack till de som ställt upp på mina intervjuer så att arbetet med denna uppsats blev möjligt. Tack till min handledare Niina för stöd i skrivandet och hjälp för att ta mig vidare i arbetet. Jag vill också rikta ett tack till min familj och mina barn som väckt inspiration och engagemang i frågorna kring barn och mat. Tack också till alla entusiaster därute som brinner för arbetet kring bra måltider för våra barn.

# Bilaga 1

## Intervjuguide

- **Skulle du vilja berätta om din bakgrund och erfarenhet av att arbeta i förskola?**
- **Vad har förskolan/kommunen för pedagogisk inriktning?**
- **Kan du beskriva vad måltiderna i förskolan är för dig?**
- **Vad betyder måltidspedagogik för dig?**
- Ev. följdfråga: Har du eller någon av dina kollegor haft någon möjlighet till kunskapshöjande insatser/utbildning inom just måltidspedagogik?
- Ev. följdfråga: Använder ni er av några särskilda metoder?
- **Vad tycker du är viktigt när det kommer till måltiderna?**
- **Vad väljer ni att samtala om vid matbordet?**
- **Hur fungerar de pedagogiska måltiderna?**
- **Upplever du att ni har tillgång på bra mat?**
- Ev. Följdfråga: Finns det några maträtter som du upplever barnen markant äter sämre av men som ändå serveras regelbundet?
- **Vart inhämtar ni kunskap om exempelvis säker och hälsosam mat?**
- Ev. följdfråga: Har ni material som ni kan arbeta utifrån? Upplever du att det är svårt att omvandla material/styrdokument till något som går att använda i det dagliga arbetet?
- **Känner du tillförlit i det pedagogiska arbetet kring måltiderna?**
- **Hur upplever du att din/eran möjlighet att påverka måltidssituationen är?**
- **Har ni ett samarbete med måltidspersonal, kostchef och rektor kring måltidssituationen?**
- Ev. följdfråga: Vilka hinder upplever du finns?
- **Vad har ni för behov när det kommer till arbetet med barn och mat? Upplever ni att det fattas aspekter som kan vara viktiga att ha möjlighet att arbeta med?**



## Bilaga 2

### Mejlutskick

Hej!

Jag heter Jennifer Sköld och är student på Magisterprogrammet i livsmedelstillsyn vid Sveriges Lantbruksuniversitet, SLU. Jag är i slutet av min utbildning och skriver mitt examensarbete där jag har valt att skriva om måltider i förskolan med utgång från Livsmedelsverkets måltidsmodell.

En del av det här arbetet är tänkt bygga på intervjuer med förskolepersonal som arbetar med barn i åldrarna 3–6 år i kommunala förskolor.

Syftet med uppsatsen är bland annat att kartlägga vad måltiderna i förskolan betyder för förskolepersonalen och att samla aspekter som de tycker är viktiga att belysa.

Jag skriver för att fråga om möjligheten finns att komma och intervjua någon eller några personer? Det vore väldigt intressant att få möjlighet att få deras åsikt i ämnet.

Tidsramen för mitt arbete sträcker sig från april till slutet av maj 2024. Deltagandet kommer vara anonymt, och intervjun beräknas ta 20–30 min.

Om ni har några frågor eller funderingar om studien är du varmt välkommen att svara på detta mejl, alternativt kontakta min handledare:

Niina Sundin, Institutionen för energi och teknik [niina.sundin@slu.se](mailto:niina.sundin@slu.se)

Vänliga hälsningar,  
Jennifer

## Bilaga 3

### Samtyckesblankett

Jag har tagit del av informationen i informationsbrevet.

Jag är införstådd med att mitt deltagande är frivilligt och att jag kan ta tillbaka mitt samtycke innan arbetet skickas in för publicering.

Härmed ger jag mitt samtycke till att mitt deltagande i intervjun får publiceras i SLU:s publikationsdatabas (SLUpub).

.....  
Underskrift studiedeltagare

.....  
Namnförtydligande

.....  
Ort, datum

## Publicering och arkivering

Godkända självständiga arbeten (examensarbeten) vid SLU publiceras elektroniskt. Som student äger du upphovsrätten till ditt arbete och behöver godkänna publiceringen. Om du kryssar i **JA**, så kommer fulltexten (pdf-filen) och metadata bli synliga och sökbara på internet. Om du kryssar i **NEJ**, kommer endast metadata och sammanfattning bli synliga och sökbara. Även om du inte publicerar fulltexten kommer den arkiveras digitalt. Om fler än en person har skrivit arbetet gäller krysset för samtliga författare. Läs om SLU:s publiceringsavtal här:

- <https://www.slu.se/site/bibliotek/publicera-och-analysera/registrera-och-publicera/avtal-for-publicering/>.

JA, jag/vi ger härmed min/vår tillåtelse till att föreliggande arbete publiceras enligt SLU:s avtal om överlåtelse av rätt att publicera verk.

NEJ, jag/vi ger inte min/vår tillåtelse att publicera fulltexten av föreliggande arbete. Arbetet laddas dock upp för arkivering och metadata och sammanfattning blir synliga och sökbara.