



Anne Lene Kristiansen og Susanne Moen Ouff

Mat og måltid i Vinjebarnhagen

Skriftserien fra Universitetet i
Sørøst-Norge nr. 135
2023

Anne Lene Kristiansen og Susanne Moen Ouff

Mat og måltid i Vinjebarnehagen

© Anne Lene Kristiansen og Susanne Moen Ouff, 2023
Universitetet i Sørøst-Norge
Horten

Omslagsfoto: Anne Lene Kristiansen

Skrifserien fra Universitetet i Sørøst-Norge nr. 135

ISBN 2535-5325

ISSN 978-82-7206-810-2



Denne publikasjonen er lisensiert med en Creative Commons lisens. Du kan kopiere, distribuere og spre verket i hvilket som helst format eller medium. Du må oppgi korrekt kreditering,

oppgi en lenke til lisensen, og indikere om endringer er blitt gjort.

Se fullstendige lisensbetingelser på <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.no>

Forord

I 2021 vedtok Vinje kommune å tilsetje éin matansvarleg i kvar av kommunen sine fire barnehagar. Med bakgrunn i vedtaket ønskte kommunen auka kunnskap omkring mat- og måltidsituasjonen i barnehagane, sett både frå de matansvarlege sitt ståstad og frå barnehagepedagogane sine ståstad. For å bidra til auka kunnskap, blei alle dei 24 pedagogiske leiarane samt alle dei 4 matansvarlege i dei fire kommunale barnehagane hausten 2022 inviterte til å svare på eit elektronisk spørjeskjema med fokus på å innhente kunnskap om mat- og måltidsituasjonen i barnehagane. Videre blei dei same respondentane inviterte til å delta i eit kvalitativt gruppeintervju vinteren 2023. I juni 2023 blei det gjennomført eit dialogmøte med presentasjon av utvalde resultat frå spørjeundersøkinga og intervju, samt forslag til vidare arbeid med mat og måltid i Vinje-barnehagane.

Denne rapporten baserer seg på situasjonen i barnehageåret 2022/2023, slik dei tilsette opplevde han. Tiltaket frå Vinje kommune har fått virke i kort tid, frå omkring ½ år til 1 år i dei ulike barnehagane per februar 2023. I rapporten presenterer me et utval resultat frå spørjeundersøkinga og intervju sett i lys av Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid i barnehagen (Helsedirektoratet, 2018) og Vinje kommune sine egne retningslinjer («[Retningslinjer for mat og måltid i Vinjebarnhagen](#)»).

Arbeidet er gjennomført som et samarbeidsprosjekt mellom Vinje kommune og Universitetet i Sørøst-Norge (USN), ved Institutt for friluftsliv, idrett og kroppsøving.

Rapporten er utarbeidd av Anne Lene Kristiansen (USN) og Susanne Moen Ouff (USN). Kristiansen har hatt hovudansvar for utarbeiding av den kvantitative delen av prosjektet, medan Moen Ouff har hatt hovudansvar for utarbeiding av den kvalitative delen av prosjektet. Forskarane har gjennomført all datainnsamling og rapportering i samarbeid.

Anders Sandvik (oppvekstansvarleg og assisterande rådmann i Vinje kommune) har gitt kommentarar til rapporten.

Bakkenteigen, oktober 2023

Sammendrag

Basert på svara frå spørjeundersøkinga og samtalanane i dei kvalitative intervjuane ser det ut til at barnehagane i Vinje kommune all hovudsak har eit godt mat- og drikketilbod og at barnehagane i stor grad følgjer dei nasjonale retningslinene for mat og måltid i barnehagen.

Vi ser likevel utviklingspotensial og har nokre tilrådingar som gjeld tilbodet av mat og drikke, og nokre tilrådingar som gjeld det organisatoriske og/eller pedagogiske arbeidet i barnehagane.

Oppsummering av mat- og drikketilbodet opp mot Vinje kommune sine retningslinjer

Me legg til rette for minimum to faste måltid kvar dag

I alle barnehagane hadde barna moglegheit for å ete frukost, lunsj og ettermiddagsmat kva dag.

Me set av god tid til kvart måltid

Det blir stor sett satt av god tid til kvart måltid. Ingen av barnehagane gav opp å bruke mindre enn 20 minutt på lunsjmåltidet. Nokre gav opp at dei brukte 20-30 minutt på lunsjmåltidet, medan dei fleste gav opp at dei brukte meir enn 30 minutt.

Me legg til rette for å kunne ete frukost for dei som ikkje har ete frukost heime

Barnehagane legg til rette for at de som ikkje har spist frukost heime kan ete dette i barnehagen, og i alle barnehagane hadde barna moglegheit for å ete medbrakt frukost.

Me har maksimum 3 timar mellom kvart måltid

Alle barnehagane har opningstid mellom 06.45 og 17.00, altså omkring 10 timar per dag. Det er vanskeleg å vurdere om barnehagane har maksimum 3 timar mellom kvart måltid, men i og med at det er ope for at barna kan ete frukosts, lunsj og ettermiddagsmat i barnehagane, kan det vere at dette punktet imøtekomme.

Me legg til rette for at dei vaksne tek aktivt del i måltidet og et saman med barna/

Me legg til rette for eit godt fungerande og triveleg etemiljø/

Me tar vare på måltida si pedagogiske funksjon

Ved at Vinje kommune har tilsett en matansvarleg i kvar barnehage, legg ein til rette for at dei vaksne i større grad enn tidlegare kan ta aktiv del i måltidene og ete samen med barna. Det varierer korleis ein løyser dette i dei ulike barnehagane og korleis ressursen med den matansvarlege vert brukt i dei ulike barnehagane.

I samtalanane med dei tilsette får vi eit inntrykk av at alle barnehagane legg til rette for eit godt fungerande og triveleg etemiljø.

Når det gjelder å ta vare på den pedagogiske funksjonen til måltida, løyser ein dette ulikt i barnehagane. Vår anbefaling vil vere at alle barnehagane set av tid til å vidareutvikle det pedagogiske

tilbudet rundt mat og måltid, og at flest mogleg av personalet i barnehagane er involvert i dette arbeidet.

Me sørger for god hygiene før og under måltida og ved oppbevaring og tilbereding av mat

Dei tilsette gir tydelege inntrykk av at det å ha en matansvarleg i kvar barnehage legg til rette for at hygiene knytt til servering og oppbevaring av mat og drikke vert betre ivaretatt no enn før.

Vi får også eit inntrykk av at ein kaster mindre mat enn før. Dette fordi det nå er berre éin person som er ansvarleg for innkjøp og planlegging, og at ein på den måten har meir kontroll på mat- og drikketilbudet. Inntrykket er også at man i større grad bruker opp rester framfor å kaste dem fordi hygienen er betre ivaretatt enn før.

Me serverar lettmjølkk og vatn som drikke til måltida

Lettmjølkk (anten den rosa eller den grønne) var den vanlegaste typen mjølkk å tilby fem dagar i veka i barnehagane. Det var sjeldan eller aldri tilbod om skummamjølkk, medan det ein gang i blant var tilbod om heilmjølkk. I Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid skriv Helsedirektoratet dette: «Barnehagen bør ikkje tilby Heilmjølkk eller bruke Heilmjølkk i matlaging.».

Barnehagane hadde tilbod om vatn til måltida fem dagar i veka.

Me serverar vatn som tystedrikk mellom måltida

I alle barnehagane ble det oppgitt at vann ble tilbod fem dagar i veka utanom måltida. Mjølkk, juice, nektar og saft vart sjeldan/aldri servert utanom måltida.

Me prøvar å unngå mat og drikke som er tilsett mykje sukker

Ut i frå svara på spørjeundersøkinga ser det ut til at barnehagane imøtekjem punktet om å unngå mat og drikke som inneheld mykje tilsett sukker. Eksempelvis ser det ut til å være liten bruk av mat og drikke med mye tilsett sukker, og ingen oppgav å servere kake, is eller liknande ved feiring av bursdagar.

I intervju med dei tilsette kjem det likevel fram at haldningane hos de tilsette når det gjelder bruk av sukker, eksempelvis på grøt o.l., varierer.

Oppsummering av tilrådingar

1. Auka bruken av grønnsaker

Det ser ut til at alle barnehagane med fordel kan auke tilbodet av grønnsaker, slik at serveringa av grønnsaker og frukt/bær blir likestilt.

2. Minske bruken av hard margarin, smørblanda margarin og heilmjølkk

Helsedirektoratets kostråd knytt til matfeitt er: «Velg matoljer, flytende margarin og myk margarin fremfor hard margarin og smør.» I nokre av barnehagane nyttar ein smørblanda margarintypar (til dømes Bremykt) til brødmåltidet og hard margarin når ein lagar varmmat. Mjuk og flytande margarin

har mindre metta fett enn smørblanda margarin og harde margarinar og er derfor anbefalt. Det same gjeld skumma- og lettmjølkk, som er anbefalt framfor heilmjølkk.

3. Pålegg

Pålegga som barnehagane oftast tilbyr er ulike kjøtpålegg, leverpostei, fiskepålegg, heilfeit ost og grønsaker. Det var i liten grad bruk av mager ost og lite bruk av vegetariske pålegg som bønnepostei, linsepostei og hummus. Alle barnehagane kan med fordel auke bruken av desse pålegga.

4. Å bruke tid på å drøfte ulike spørsmål på tvers av ansvar, stilling og avdeling

Det å skape felles forståing eller haldning til kva for verdiar ein skal basere den pedagogiske praksisen på, i kvar enkelt barnehage, kan berre skje dersom alle tilsette tar del i dialogen rundt desse spørsmåla.

5. Legge til rette for noko meir tid til samarbeid mellom dei fire matansvarlege

Sjølv om dei fire matansvarlege er del av kollegiet i kvar enkelt barnehage, kan det ha stor verdi at dei med jamne mellomrom kan samsnakkast eller treffast for erfaringsutveksling og inspirasjon.

6. Ta i bruk barnehagane sine nærmiljø i større grad enn i dag

Vi trur det finst unytta ressursar i nærmiljøet til alle barnehagane og oppfordrar til å gjere ein enkel analyse av kva for ressursar som kan bidra med tanke på å styrke måltidet som pedagogisk arena.

7. Styrke måltidet sin funksjon som pedagogisk arena

I tråd med punkt 8 i Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i barnehagen, som slår fast at «Måltidene i barnehagen skal være en pedagogisk arena der barna får medvirke i mat- og måltidsaktiviteter», oppmodar vi kvar barnehage til å ta stilling til på kva måte dei kan styrke dei pedagogiske funksjonane måltidet kan ha.

Innhald

1.	Innleiing og formål	1
1.1.	Innleiing	1
1.2.	Formål	1
2.	Design, metode, utval og datagrunnlag	3
2.1.	Design	3
2.2.	Metode	3
2.3.	Utval og deltakarar	4
2.4.	Datahandtering, handsaming og analyse	5
3.	Resultat	7
3.1.	Resultat frå spørjeundersøkinga	7
3.2.	Utvalde resultat frå spørjeundersøkinga sett i lys av tiltaket	20
3.3.	Utvalde resultat frå gruppeintervjua sett i lys av tiltaket	21
	Me legg til rette for at dei vaksne tek aktivt del i måltidet og et saman med barna	21
	Me legg til rette for eit godt fungerande og triveleg etemiljø	22
	Me tar vare på måltida sine pedagogiske funksjonar	23
3.4.	Andre generelle observasjonar	26
	Vegen vert framleis til medan vi går	26
	Meir kostnadseffektivt og mindre matsvinn?	26
	Infrastrukturen i dei ulike barnehagane verkar inn på tiltaket	27
4.	Oppsummering og tilrådingar for vidare arbeid	28
4.1.	Forslag til ressursar barnehagane kan bruke i drøfting og i vidare arbeid	30
	Referansar	31

1. Innleiing og formål

1.1. Innleiing

I Norge er meir enn 93% av barn i alderen 1-5 år store deler av dagen i barnehagen^[1]. Det betyr at barn frå alle sosiale lag eter mange av vekas måltid i barnehagen. Dette gjeld anten maten er medbrakt heimanfrå eller servert i barnehagen. Ifølgje Helsedirektoratet inntar barn i barnehage omkring 40% til 60% av det daglege energiinntaket i barnehagen^[2]. Barnehagen har derfor en stor påverking på det totale kostholdet til barnet og dermed på utviklinga av barns matvanar. Kosthaldsvanar vert etablert tidleg i livet^[3] og i denne fasen av livet er de gjerne meir mottakelege for endringar enn seinare i livet. I tillegg har matvanar en tendens til å halde fram^[4]. Med bakgrunn i dette er det en fordel å etablere sunne vaner tidleg i livet og barnehagen kan i så måte bidra til å fremme et variert og sunt kosthald blant barn.

Matvanar er også sterkt knytt til kultur, identitet og oppleving av utanforskap og/eller fellesskap^[5-9]. Videre er smakspreferansar sterkt knytt den fysiologiske opplevinga av smak, men også til de psykiske og sosiale sidene ved oppleving og utvikling av smak^[8, 10, 11]. Korleis barnehagens pedagogar og/eller matansvarlege møter og/eller planlegg mat- og måltidsituasjonane, kan være avgjerande for i kva forn grad og på kva for måtar mat og måltid fungerer som pedagogiske arenaer for å «gi rom for barnas ulike føresetnadar, perspektiv og erfaringer» samt «legge til rette kulturmøte, gi rom for barnas egen kulturskaping og bidra til at alle barn kan få oppleve glede og mestring i sosiale og kulturelle fellesskap» slik det er beskrevet i Rammeplan for barnehagen^[12].

Helsedirektoratet har utarbeidd ei nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid i barnehagen, slik at barn i barnehagen «sikres gode rammer for måltidene og god ernæringsmessig kvalitet på mat- og drikketilbodet i barnehagen»^[4]. Videre peikar Helsedirektoratet på at «godt forankrede retningsliner kan forbetre praksis og gi eit meir likeverdig mat- og drikketilbod til barn i hele landet som kan bidra med å utjevne sosial ulikhet i helse og kosthold blant barn»^[4]. Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid i barnehagen blei nyleg revidert. Revisjonen var eitt av tiltaka gitt i Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold (2017-2023)^[13], for å bidra til gode mat- og måltidsvaner i barnehagen.

1.2. Formål

I Vinje kommune er det fire kommunale barnehagar, med til saman 17 avdelingar og plass til omkring 180 barn. Barnehagane har tidlegare servert to måltid om dagen, der det har vært foreldrebetaling til sjølvkost. Arbeidet med mat og måltid, slik som innkjøp, servering, opprydding osv., har tidlegare blitt ivaretatt av vaksenressursen på avdelingane. I desember 2021 vedtok Vinje kommune å tilsetje en matansvarleg i kvar av de fire kommunale barnehagane^[14]. Med dette vedtaket blei det bestemt at barnehagane skal servere varm lunsj en dag per veke, dei skal servere ettermiddagsmåltid og frukt kvar dag, medan dei kvar dag skal servere grønsaker til både lunsj- og ettermiddagsmåltidet. I to av barnehagane (Edland barnehage og Øyfjell barnehage) skal den matansvarlege stå for mat og måltid tre dagar i veka gjerast av, medan avdelingane sjølve skal stå for mat og måltid to dagar i veka. I dei

to siste barnehagane (Åmot barnehage og Rauland barnehage) skal den matansvarlege stå for mat og måltid fire dagar i veka, medan avdelingane sjølve skal stå for mat og måltid ein dag i veka. Foreldrebetalinga for mat og måltid i barnehagen skal være som før kommunestyrevedtaket i 2021, det vil seie kroner 400,- per måned for ein fulltids plass.

Med bakgrunn i det ovannemnte vedtaket i Vinje kommune ønskte kommunen som barnehageeigar auka kunnskap omkring korleis mat- og måltidsituasjonen fungerte i dei fire kommunale barnehagane i Vinje kommune omkring tilsetningstidspunktet for dei matansvarlege^[14]. Det var også ønske om å innhente kunnskap rundt korleis matsituasjonen fungerte omkring eitt år tilsetningstidspunkt for dei matansvarlege.

2. Design, metode, utval og datagrunnlag

2.1. Design

Hausten 2022 blei alle dei 24 pedagogiske leiarane samt dei fire matansvarlege i kvar av dei fire kommunale barnehagane i Vinje kommune inviterte til å svare på ei elektronisk spørjeundersøking med fokus på å innhente kunnskap om mat- og måltidsituasjonen i barnehagane. Videre blei dei same respondentane inviterte til å delta i eit kvalitativ gruppeintervju vinteren 2023

Styrarane i kvar enkelt barnehage oppga e-post adresser til dei aktuelle pedagogiske leiarane og dei matansvarlege. Invitasjon til å svare på det elektroniske spørjeskjemaet ble sendt på e-post i november 2022 og spørjeskjema blei i all hovudsak besvart i november og desember 2022.

Intervjua blei gjennomført i kvar enkelt barnehage i februar 2023. Alle som hadde svart på det elektroniske spørjeskjemaet blei inviterte til å delta i intervju. Vi ønskte å få med minst ein pedagog frå kvar av avdelingane i barnehagen og alle dei fire matansvarlege.

I juni 2023 blei gjennomført eit dialogmøte med presentasjon av utvalde resultat frå spørjeundersøkinga og dei kvalitative intervju samt forslag til vidare arbeid med mat og måltid i Vinje-barnehagane.

2.2. Metode

Datainnsamlinga besto av utfylling av eit elektronisk spørjeskjema gjennom tenesta Nettskjema, og kvalitative intervju i gruppe.

Elektronisk spørjeundersøking

Eitt spørjeskjema vart utvikla til pedagogisk leiarar og eitt spørjeskjema vart utvikla til dei matansvarlege. Spørjeundersøkinga var basert på spørjeskjemaet som vart brukt i den siste nasjonale kartlegginga av mat og måltid i barnehagane i 2012^[15]. I forkant av undersøkinga blei begge spørjeskjema testet ut blant tilsette i universitetssektoren som kjenner barnehagefeltet godt.

Spørjeskjemaet til pedagogiske leiarar besto av 35 spørsmål som omhandla bakgrunnsspørsmål om avdelinga, om mat- og drikketilbodet på avdelinga og organiseringa av dette, om faktorar som bestemmer mat- og drikketilbodet på avdelinga, om markeringar og feiringar, om kjennskap til og bruk av Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid i barnehagen^[4], spørsmål om måltidet som pedagogisk arena, spørsmål om bruk av fagområda frå Rammepleanen^[12] inn i lunsjmåltidet samt spørsmål om deira vurdering om det er behov for å forbetre praksis rundt måltid, mat og drikke.

Spørjeskjemaet til matansvarleg besto av 28 spørsmål med bakgrunnsspørsmål om barnehagen, ein beskrivelse av eigen kompetanse, om kor ofte barna er med på å tilberede maten, om mat- og drikketilbodet og organiseringa av dette, om kva for faktorar som bestemmer mat- og drikketilbodet, om markeringar og feiringar, om kjennskap til og bruk av Nasjonal faglig retningslinje for mat og

måltid i barnehagen, samt spørsmål om deira vurdering av om det er behov for å forbetre praksis rundt måltid, mat og drikke i barnehagen.

Mange av spørsmåla var felles for både pedagogiske leiarar og matansvarlege.

Kvalitative intervju

I kvar barnehage blei det gjennomført to intervju. Det eine intervjuet var med matansvarleg. I to av intervju med matansvarleg var begge forskarane til stades. I intervju med dei to andre matansvarlege, gjennomførte kvar forskar intervjuet for seg. Intervju med pedagogane vart gjennomført i gruppe, med tilsette frå ulike avdelingar. Også her vart to av intervju gjennomført med begge forskarane, dei andre to med kvar sin forskar. Intervju vart tatt opp. I eitt av intervju deltok en av pedagogane via Zoom.

Intervju følgde ein strukturert intervjuguide, men det var rom for å trekke inn mange ulike tema dersom samtalene tok slike vendingar. For dei pedagogiske leiarane var intervjuet fokusert rundt fem tema: kva dei tenkjer om rollen den matansvarlege har, korleis dei jobba med mat og måltid i barnehagen før matansvarleg vart tilsett, korleis dei vil beskrive den ideelle situasjonen rundt matlaging og måltidsituasjonen på si avdeling, samarbeidet mellom pedagogiske leiarar og den matansvarlege, samt utfordringar og moglegheiter i høve barnehage-heim-samarbeid på tema mat og måltid.

For dei matansvarlege var intervju også fokusert rundt fem tema: kva dei tenkjer om rollen som matansvarleg, på kva måte dei tenkjer at kompetansen og ferdigheitene deira verkar inn på måten dei løyser rolla som matansvarleg, korleis dei vil beskrive den ideelle situasjonen rundt matlaging og måltidsituasjonen i sin barnehage, samarbeidet med pedagogar og andre tilsette i barnehagen, samt utfordringar og moglegheiter i høve barnehage-heim-samarbeid på tema mat og måltid.

Kvart intervju tok om lag éin time.

2.3. Utval og deltakarar

Omtale av utvalet

Av dei 24 inviterte pedagogiske leiarane var det 14 som svarte på det elektroniske spørjeskjemaet. Alle dei fire matansvarlege svarte på det elektroniske spørjeskjemaet.

Som vist i tabell 1 dekker svara frå de pedagogiske leiarane i spørjeundersøkinga svar frå alle barnehagane og svar frå 11 av totalt 15 avdelingar. Det betyr at nokre avdelingar har meir enn eitt svar, medan andre avdelingar er utan svar.

Alle barnehagane var representert i svara frå dei matansvarlege ettersom alle dei fire matansvarlege svarte på spørjeskjemaet (data er ikkje vist i tabell).

Tabell 1 Oversikt over svar på av spørjeundersøkinga med avdelingstilknytning

Barnehage	Tal avdelingar	Svar frå tal avdelingar	Totalt svar spørjeskjema
Edland	3	2	3
Rauland	5	3	3
Øyfjell	1	1	3
Åmot	6	5	5
Totalt utval	15	11	14

Som vi viser i tabellen under dekker svara i dei kvalitative intervjua 13 av 15 avdelingar.

- Edland: fire pedagogar frå tre avdelingar (av tre)
- Rauland: fem pedagogar frå fem avdelingar (av fem)
- Øyfjell: to pedagogar frå ei avdeling (av ei)
- Åmot: seks pedagogar frå fire avdelingar (av seks)

Tabell 2: Oversikt over dei kvalitative intervjua med dei pedagogiske leiarane og deira avdelingstilknytning

Barnehage	Tal avdelingar	Tal deltakarar og tal avdelingar
Edland	3	Til saman 4 pedagogar frå 3 ulike avdelingar
Rauland	5	Til saman 4 pedagogar frå 4 ulike avdelingar
Øyfjell	1	Til saman 2 pedagogar frå 1 avdeling
Åmot	7	Til saman 6 pedagogar frå 4 avdelingar

Alle de fire matansvarlege deltok i kvart sitt kvalitativt intervju og representerte kvar sin barnehage (data ikkje vist i tabell).

To av dei matansvarleg hadde bakgrunn som kokk med fagbrev, medan dei to andre hadde anna bakgrunn (data ikkje vist i tabell).

2.4. Datahandtering, handsaming og analyse

Prosjektet ble meldt til Norsk senter for forskningsdata (NSD) (nå Sikt) og tilrådd (referansenummer 983626).

Data frå spørjeundersøkinga ble importert til statistikk programmet SPSS, versjon 29. Databehandlinga av spørjeundersøkinga besto primært av frekvensanalysar. Opptaka av intervjua er innhaldstranskribert tematisk.

Data frå spørjeundersøkinga og data frå intervjua skulle saman gi ein oversikt over mat- og drikketilbodet i barnehagane samt erfaringane så langt med dei matansvarlege, og på den måten danne grunnlag for forslag til råd for arbeidet vidare.

3. Resultat

Slik Leser du tabellane

Tabellane beskriver tal svar og fordeling av svar på dei ulike svar-alternativa. Respondentane i tabellane er pedagogane og/eller dei matansvarlege, og n viser til talet respondentar som har svart.

3.1. Resultat frå spørjeundersøkinga

Svara frå spørjeundersøkinga viste at talet barn i barnehagane varierte frå 17 barn i barnehagen med færrest barn, til 70 barn i barnehagen med flest barn. Svar frå avdelingar med både små og store barn er inkludert samt at både avdelingar med få og mange barn er representerte i svara. Alle barnehagane hadde minoritetsspråklege barn, men frå avdeling til avdeling varierte talet minoritetsspråklege barn frå eitt barn opp til maksimalt sju barn.

Organisering av måltida

I alle barnehagane hadde barna moglegheit for å ete frukost, lunsj og ettermiddagsmat (tabell 3). Omtrent halvparten av dei pedagogiske leiarane oppgav at det var mogleg å ete eit måltid før lunsj. Måltidet var i stor grad var servert av barnehagen. Samtidig oppgav om lag halvparten av pedagogane at dette ikkje var eit tilbod i deira barnehage.

Som vist i tabell 3 var maten til frukost medbrakt i alle barnehagane. Maten til lunsjmåltidet og maten til ettermiddagsmåltidet var i all hovudsak servert av barnehagane. Måltidet før lunsj og andre måltid var i all hovudsak servert av barnehagen dersom det var tilbod om slike måltid.

Tabell 3: Om maten er medbrakt eller servert til de ulike måltidene, besvart av pedagogisk leiar (n = 14)

	Medbrakt	Servert	Medbrakt og servert	Etast ikkje i barnehagen
Frukost	n = 14			
Måltid før lunsj		n = 6	n = 1	n = 7
Lunsj		n = 14		
Ettermiddagsmat		n = 13	n = 1	n = 1
Anna måltid		n = 5	n = 1	n = 8

Ingen av barnehagane oppga å bruke mindre enn 20 minutt på lunsjmåltidet. Nokre oppga å bruke 20-30 minutt (n = 5), medan dei fleste oppga å bruke meir enn 30 minutt (n = 9).

Alle dei matansvarlege oppgav at dei i størst grad lagar til maten på kjøkkenet (n = 4). I to av barnehagane blei det oppgitt at barna var med på å lage mat éin dag i veka (n = 2), medan det i to av barnehagane blei det oppgitt at barna var med på å lage mat to-fire dagar i veka (n = 2).

Mat og drikketilbodet

Alle typar brød (fint, halvgrovt, grovt og ekstra grovt) ble tilbydt fem dagar i veka (tabell 4). Grovt brød og ekstra grovt brød såg ut til å være den vanlegaste brødtypen å tilby i barnehagane.

I ein av barnehagane blei brødet som oftast kjøpt i butikk, medan i éin av barnehagane ble brødet som oftast bakt i barnehagen. To av barnehagane oppgav at det var like vanlig at brødet vart kjøpt i butikk som at det vart baka i barnehagen.

Tabell 4: Kor ofte ulike typar brød vert tilbydt, besvart av matansvarleg (n = 4)

	5 dagar i veka	3-4 dagar i veka	1-2 dagar i veka	I blant	Sjeldan/ aldri
Fint brød (0-25.9% sammale mel eller hele korn)	n = 1				n = 3
Halvgrovt brød (26-50.9% sammale mel eller hele korn)	n = 1		n = 1	n = 1	n = 1
Grovt brød (51-75.9% sammale mel eller hele korn)	n = 1	n = 2		n = 1	
Ekstra grovt brød (76-100% sammale mel eller hele korn)	n = 1	n = 1			n = 1

Tabell 5 viser kor ofte ulike pålegg vert tilbydt i barnehagane, besvart av matansvarleg. Pålegga som oftast ble tilbydt fem dagar i veka, var ulike kjøtpålegg, leverpostei, fiskepålegg, heilfeit ost og grønsaker. Éin av barnehagane oppgav å tilby frukt som pålegg fem dagar i veka, medan tre av barnehagane oppgav å tilby dette i blant. Ein barnehage hadde tilbod om prim kvar dag, medan dette ble tilbydt i blant eller sjeldan/aldri i tre av barnehagane. To av barnehagane brukte egg som pålegg kvar veke, medan to av barnehagane oppgav å tilby dette i blant eller sjeldan/aldri. Mager leverpostei, mager ost, sjokoladepålegg, nøttepålegg, vegetarpastei (bønnepastei, linsepastei osv.) og hummus ble sjeldan tilbod som pålegg i barnehagane.

Tabell 5: Kor ofte ulike pålegg vert tilbydt, besvart av matansvarleg (n = 4)

	5 dagar i veka	3-4 dagar i veka	1-2 dagar i veka	I blant	Sjeldan/ aldri
Magre kjøtpålegg (kokt kinke, kalkunpålegg etc.)	n = 2	n = 1		n = 1	
Andre kjøtpålegg (salami, savelat etc.)	n = 3	n = 1			
Mager leverpostei				n = 2	n = 2
Anna leverpostei	n = 4				
Fiskepålegg (makrell i tomat, kaviar etc.)	n = 4				
Ost, mager (leitt kvit/brun ost, smøreost etc.)				n = 2	n = 2
Ost, heilfeit (leitt kvit/brun ost, smøreost etc.)	n = 4				
Majones/remulade/ majonessalatar	n = 1	n = 1		n = 1	n = 1
Syltetøy				n = 2	n = 2
Prim	n = 1			n = 2	n = 1
Sjokoladepålegg					n = 4
Nøttepålegg					n = 4
Frukt som pålegg (banan, eple, etc.)	n = 1			n = 3	
Grønsaker som pålegg (agurk, tomat etc.)	n = 3	n = 1			
Vegetarpostei (bønnepostei, linsepostei etc.)					n = 4
Hummus				n = 1	n = 3
Egg		n = 1	n = 1	n = 1	n = 1
Anna pålegg				n = 1	n = 3

I to av barnehagane var det tilbod smørblanda margarintypar (Bremykt, Brelett etc.), i éin barnehage var det tilbod om plantemargarin (Soft, Vita etc.) og éin barnehage hadde tilbod om lett plantemargarin (Soft light, Vita leitt etc.). Det var òg tilbod om margarintypar utan mjølk.

Lettmjølk, enten den rosa eller den grønne, var den vanlegaste mjølketypen å tilby fem dagar i veka i barnehagane (tabell 6). Det var sjeldan eller aldri tilbod om skummamjølk. Tre respondentar oppgav å tilby heilmjølk i blant, medan de resterande oppgav sjeldan eller aldri å tilby heilmjølk. Det var tilbod om vatn til måltida fem dagar i veka. Nokre respondentar oppgav å tilby kakao/sjokolademjølk og saft i blant, men dei fleste oppga at dette sjeldan/aldri ble tilbydt. Ingen av barnehagane hadde tilbod om brus eller nektar, og få hadde tilbod om juice. Anna drikke som ble tilbydt var havremjølk og smoothie.

Tabell 6: Kor ofte det er tilbod om ulike typar drikke til måltida, besvart av pedagogisk leiar (n = 14)

	5 dagar i veka	3-4 dagar i veka	1-2 dagar i veka	I blant	Sjeldan/ aldri
Skummamjølk					n = 14
Lettmjølk 1.0 % feitt (den rosa)	n = 9				n = 5
Lettmjølk 0.5 % feitt (den grønne)	n = 4	n = 1		n = 1	n = 8
Heilmjølk				n = 3	n = 11
Biola/Cultura/anna surmjølk			n = 1	n = 1	n = 12
Kakao/sjokolademjølk				n = 4	n = 10
Juice				n = 2	n = 12
Nektar					n = 14
Saft				n = 6	n = 8
Brus					n = 14
Vann	n = 14				
Anna	n = 1			n = 1	n = 12

Så nær som alle de pedagogiske leiarane oppgav at vann ble tilbod fem dagar i veka utanom måltida. Mjølk, juice, nektar og saft ble sjeldan/aldri servert utanom måltida.

I to av barnehagane var det tilbod om varm mat 2-4 dagar i veka, medan to av barnehagane hadde tilbod om dette 1 dag i veka. Tabell 7 viser kor ofte det var tilbod om ulike typar varm mat i barnehagane. Det var oftast tilbod om varm mat basert på kjøtprodukt, rein fisk og fiskeprodukt. Dei fleste varmrettane vi spurde om, blei brukt månadleg av ein eller fleire barnehagar. I to barnehagar var det tilbod om tomatsuppe éin gang per månad og i tre barnehagar var det tilbod om anna grønsaksbasert suppe. I det ope feltet for anna varm mat ble det oppgitt at nokre av barnehagane også hadde tilbod om pannekaker, grove vaflar, rundstykke og salat.

Tabell 7: Kor ofte ulike typer varm mat i barnehagane, besvart av matansvarleg (n = 4)

	1 gong i veka eller oftare	2-3 gonger pr. månad	1 gong pr. månad	Sjeldnare enn kvar månad	Aldri
Rent kjøtt (okse, svin etc.)		n = 1	n = 1	n = 1	n = 1
Kjøttprodukt (kjøttdeig, pølser etc.)	n = 1	n = 1		n = 2	
Ren fisk (torsk, laks etc.)	n = 2		n = 1	n = 1	
Fiskeprodukt (fiskepinnar, fiskekaker etc.)	n = 1		n = 1	n = 2	
Rein kylling/kalkun (kyllingfilet, grilla kylling etc.)			n = 2	n = 2	
Kylling-/kalkunprodukt (kalkunpølse etc.)			n = 1	n = 2	n = 1
Vegetarbaserte rettar (basert på bønner, linser etc.)		n = 1		n = 3	
Tomatsuppe			n = 2	n = 2	
Anna grønsaksbasert suppe			n = 3	n = 1	
Risgraut/anna graut		n = 2	n = 1	n = 1	
Anna varm mat	n = 1			n = 1	n = 2

På spørsmål om kva for type matfeitt dei nyttar matlaginga oppgav tre av barnehagane at dei brukar olje, medan ein av barnehagane oppgav å bruke hard margarin (Melange, Soft i folie etc.).

Som vist i tabell 8 oppgav det fleste pedagogiske leiarane at det var tilbod om frukt (ikkje som pålegg eller som del av eit varmt måltid) fem dagar i veka, medan berre éin pedagogisk leiar oppgav at det var tilbod om grønsaker like ofte. Dei fleste pedagogiske leiarane oppgav at det var tilbod om grønsaker tre-fire dagar i veka eller ein-to dagar i veka.

Tabell 8: Kor ofte det er tilbod om grønsaker og frukt (ikkje som pålegg eller som del av et varmt måltid), besvart av pedagogisk leiar (n = 14)

	5 dagar i veka	3-4 dagar i veka	1-2 dagar i veka	I blant	Sjeldan/aldri
Grønsaker	n = 1	n = 6	n = 5	n = 2	
Frukt	n = 13	n = 1			

Både pedagogiske leiarar og de matansvarlege ble stilt følgande spørsmål: «Når du tenker på tilbodet av mat og drikke i barnehagen, vil du si deg einig eller ueinig i at det kan beskrives slik: «*mattilbodet er variert med mye grønnsaker, frukt og bær, grove kornprodukt og fisk, og begrensa mengder bearbeidd kjøtt, rødt kjøtt, salt og sukker?*». Blant de pedagogiske leiarane var det mange (n = 11) som oppgav at de i stor grad eller i svært stor grad var einige i denne påstanden (tabell 9). Det tilsvarande ble også funnet hjå dei matansvarlege, der tre av fire oppgav at dei i stor grad eller i svært stor grad var einige i påstanden (tabell 10).

Tabell 9: Grad av einigheit omkring påstanden «*mattilbodet er variert med mye grønnsaker, frukt og bær, grove kornprodukt og fisk, og begrensa mengder bearbeidd kjøtt, rødt kjøtt, salt og sukker?*», besvart av pedagogisk leiar (n = 14)

	Tal
I svært liten grad einig	
I liten grad einig	n = 1
I verken liten eller stor grad einig	n = 2
I stor grad einig	n = 8
I svært stor grad einig	n = 3

Tabell 10: Grad av einigheit om påstanden «*mattilbodet er variert med mye grønnsaker, frukt og bær, grove kornprodukt og fisk, og begrensa mengder bearbeidd kjøtt, rødt kjøtt, salt og sukker?*», besvart av matansvarleg (n = 4)

	Tal
I svært liten grad einig	
I liten grad einig	
I verken liten eller stor grad einig	n = 1
I stor grad einig	n = 2
I svært stor grad einig	n = 1

Bursdagar

Dei fleste pedagogiske leiarane oppgav at det var feiring av bursdag på avdelinga 1 gang per måned (n = 6) (tabell 11). Nokre oppgav at det var bursdagsfeiringar fleire gongar per måned (n = 2), medan andre oppgav at det var bursdagsfeiringar 1 gang annakvar måned (n = 3) eller sjeldnare enn dette (n = 3).

Ingen oppgav å servere kake, is eller liknande ved feiringar av bursdagar (tabell 12). Nokre oppga å servere grønnsaker, frukt, bær eller liknande ved slike høver (n = 4), medan andre oppga å servere anna mat (n = 5). Fem pedagogiske leiarar oppga at dei ikkje serverte noko utanom det vanlege tilbodet ved markeringar og feiringar. Dei som oppga å servere anna mat oppga at dette var smoothie.

Tabell 11: Kor ofte det er feiringar av bursdagar, besvart av pedagogisk leiar (n = 14)

	Tal
1 gang per veke eller oftare	n = 1
2-3 gonger per månad	n = 1
1 gang per månad	n = 6
1 gang annakvar månad	n = 3
Sjeldnare enn annakvar månad	n = 3

Tabell 12: Om det vert servert mat utanom det vanlege tilbodet når det er feiringar av bursdagar, besvart av pedagogisk leiar (n = 14)

	Tal
Ja, vi serverer kake, is eller liknande	
Ja, vi serverer grønnsaker, frukt, bær eller liknande	n = 4
Ja, vi serverer anna mat	n = 5
Nei, vi serverer ikkje noko utanom det vanlege tilbodet	n = 5

Ansvar for og organisering av mat- og drikketilbodet

Både de matansvarleg og de pedagogiske leiarane fekk spørsmål om kven som bestemmer mat- og drikketilbodet i høvesvis barnehagen og på avdelinga (tabell 13). Blant dei matansvarlege var det flest som oppga at styrar, matansvarleg, kokk eller liknande og barna bestemte mat- og drikketilbodet. Blant de pedagogiske leiarane oppga alle at matansvarleg, kokk eller liknande bestemte mat- og drikketilbodet på avdelinga. I tillegg var det mange som oppga at styrar, pedagogiske leiarar, assistentar og barna også bestemte mat- og drikketilbodet.

Tabell 13: Oversikt over kven som bestemmer mat- og drikketilbodet i barnehagen/på avdelinga? (det var mogleg å velgje fleire svar)

	Matansvarleg (n = 4)	Pedagogisk leiar (n = 14)
Barnehageeigar		n = 2
Styrer	n = 3	n = 8
Pedagogiske leiarar	n = 1	n = 7
Assistentar	n = 1	n = 5
Matfagleg tilsett, kokk eller liknande	n = 3	n = 14
Foreldre	n = 1	n = 2
Barna	n = 2	n = 5

Det blei stilt spørsmål om arbeidet med mat og måltid er forankra i årsplan eller skrivne retningsliner i forhold til følgjande områder: 1) mat og drikke som vert tilbydt, 2) medbrakt mat og drikke, 3) rammene rundt måltida (tidsbruk, bordregler etc.), 4) det pedagogiske tilbodet i tilknytning til måltida (barn sin medverking, språkutvikling hjå ungane etc.), 5) kva dei et/drikk ved markeringar/feiringar og 6) anna arbeid med mat og måltid. Spørsmålet blei stilt til både pedagogisk leiarar og til matansvarlege, og svara er oppgitt i høvesvis tabell 14 og tabell 15. Dei fleste opplyste at barnehagen hadde forankra arbeidet med desse områda i anten årsplan, skrivne retningsliner eller begge delar.

Tabell 14: Om arbeidet med mat og måltid er forankra i barnehagen sin årsplan eller i form av skrivne retningslinjer? (det var mogleg å velje fleire svar), besvart av pedagogisk leiar (n = 14)

	Årsplan	I skrivne retningslinjer	I årsplan og skrivne retningslinjer	Nei	Veit ikkje
Tilbodet om mat og drikke		n = 10	n = 2		n = 2
Medbrakt mat og drikke		n = 7		n = 5	n = 2
Rammene rundt måltid (tidsbruk, bordregler o.a.)	n = 1	n = 9	n = 2	n = 1	n = 1
Forhold rundt det pedagogiske i tilknytning til måltid (barns medverking, språkutvikling o.a.)	n = 5	n = 5	n = 2	n = 1	n = 1
Kva som etast/drikkes ved markeringar/feiringar	n = 4	n = 7		n = 1	n = 2
Anna arbeid med mat og måltid	n = 4	n = 4		n = 6	

Tabell 15: Om arbeidet med mat og måltid er forankra i barnehagen sin årsplan eller i form av skrivne retningslinjer? (det var mogleg å velje fleire svar), besvart av matansvarleg (n = 4)

	Årsplan	I skrivne retningslinjer	I årsplan og skrivne retningslinjer	Nei	Veit ikkje
Tilbodet om mat og drikke		n = 3		n = 1	
Medbrakt mat og drikke	n = 1	n = 1		n = 2	
Rammene rundt måltid (tidsbruk, bordregler o.a.)	n = 1		n = 1		n = 2
Forhold rundt det pedagogiske i tilknytning til måltid (barns medverking, språkutvikling o.a.)	n = 1		n = 1		n = 2
Kva som etast/drikkes ved markeringar/feiringar	n = 1	n = 1	n = 1		n = 1
Anna arbeid med mat og måltid	n = 1	n = 1		n = 1	n = 1

Både pedagogisk leiar og matansvarleg ble stilt spørsmål om kjennskap til «Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid», utgitt av Helsedirektoratet. De aller fleste oppga at de hadde kjennskap til retningslinjene (tabell 16).

Dei pedagogiske leiarane blei også spurt om retningslinja var tatt i bruk i ulike situasjonar som i årsplanarbeid, på avdelingsmøter, på personalmøte, ved planlegging av pedagogisk opplegg, i planarbeid for matansvarleg, på foreldremøte eller i dialog med foreldre. Svara er gjengitt i tabell 17. Flest oppga at retningslinja ble brukt i planarbeid for matansvarleg (n = 11), på personalmøte (n = 9), ved planlegging av pedagogisk arbeid (n = 8) og på foreldremøte (n = 8). Få oppga å bruke retningslinja på avdelingsmøter (n = 4) og i årsplanarbeid (n = 4).

Tabell 16: Oversikt over kjennskap til «Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid», utgitt av Helsedirektoratet

	Matansvarleg (n = 4)	Pedagogisk leiar (n = 14)
Ja	n = 4	n = 13
Nei		
Veit ikkje		n = 1

Tabell 17: Er «Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid», tatt i bruk i eksempla nedanfor, besvart av pedagogisk leiar (n = 14)

	Ja	Nei	Vet ikkje
I årsplanarbeid	n = 4	n = 5	n = 3
På avdelingsmøter	n = 4	n = 8	n = 2
På personalmøte	n = 9	n = 3	n = 2
Ved planlegging av pedagogisk arbeid	n = 8	n = 2	n = 4
I planarbeid for matansvarleg	n = 11	n = 1	n = 2
På foreldremøte	n = 8	n = 4	n = 2
I dialog med foreldre/foreldresamtaler	n = 6	n = 5	n = 3

Både pedagogiske leiarar og dei matansvarlege fekk spørsmål om dei meinte det var behov for å forbetre praksisen rundt måltid, mat og drikke i barnehagen/på avdelinga (tabell 18). Blant dei matansvarlege meinte flest (n = 3) at det i verken liten eller stor grad var behov for å forbetre praksis, medan éin mente at det i liten grad var behov for å forbetre praksis. Blant dei pedagogiske leiarane oppgav flest (n = 9) at det i svært liten grad eller i liten grad var behov for å forbetre praksis, medan nokre få (n = 2) mente det i stor grad var behov for å forbetre praksis rundt måltid, mat og drikke.

Tabell 18: I kva for grad pedagogiske leiarar og matansvarleg meiner det er behov for å forbetre praksis rundt måltid, mat og drikke i barnehagen/på avdelinga

	Matansvarleg (n = 4)	Pedagogisk leiar (n = 14)
I svært liten grad		n = 3
I liten grad	n = 1	n = 6
I verken liten eller stor grad	n = 3	n = 3
I stor grad		n = 2
I svært stor grad		

Faktorar som har betydning for mat- og drikketilbodet

Både pedagogiske leiarar og dei matansvarlege blei bedt om å angi i kva grad ulike faktorar spelar inn på mat- og drikketilbodet. Faktorar dei fekk spørsmål om var økonomi, tid, bemanning/tilgjengeleg personale, vareutval i nærbutikk, tilgang til kjøken, kjølemoglegheiter, lagerplass, barn frå ulike matkulturar, alder på barna og personalet sin kompetanse om mat, ernæring og helse. Svara frå pedagogiske leiarar og dei matansvarleg er vist i høvesvis tabell 19 og tabell 20.

Faktorane som blei oppgitt å ha størst betydning blant dei pedagogiske leiarane var økonomi, bemanning/tilgjengeleg personale, vareutval i nærbutikk, tilgang til kjøkken, kjølemoglegheit, lagerplass og personalets kompetanse om mat, ernæring og helse (tabell 19).

Faktorane som ble oppgitt å ha størst betydning blant dei matansvarlege var økonomi, vareutval i nærbutikk, tilgang til kjøkken, kjølemoglegheit og lagerplass (tabell 20).

Tabell 19: I kva for grad pedagogiske leiarar og matansvarleg meiner det er behov for å forbetre praksis rundt måltid, mat og drikke i barnehagen/på avdelinga, besvart av pedagogisk leiar (n = 14)

	Svært liten betydning	Liten betydning	Verken liten eller stor betydning	Stor betydning	Svært stor betydning
Økonomi	n = 1	n = 1	n = 2	n = 5	n = 5
Tid		n = 3	n = 3	n = 4	n = 4
Bemanning/tilgjengeleg personale	n = 1	n = 2	n = 2	n = 3	n = 6
Vareutval i nærbutikk	n = 1	n = 3	n = 1	n = 7	n = 2
Tilgang til kjøkken		n = 2	n = 3	n = 6	n = 3
Kjølemoglegheit		n = 2	n = 3	n = 7	n = 2
Lagerplass		n = 2	n = 3	n = 7	n = 2
Barn frå ulike matkulturar		n = 2	n = 6	n = 6	
Barna sin alder	n = 1	n = 3	n = 7	n = 2	n = 1
Personalet sin kompetanse om mat, ernæring og helse		n = 2	n = 2	n = 7	n = 3

Tabell 20: I kva for grad pedagogiske leiarar og matansvarleg meiner det er behov for å forbetre praksis rundt måltid, mat og drikke i barnehagen/på avdelinga, besvart av matansvarleg (n = 4)

	Svært liten betydning	Liten betydning	Verken liten eller stor betydning	Stor betydning	Svært stor betydning
Økonomi				n = 2	n = 2
Tid			n = 2	n = 2	
Bemanning/tilgjengeleg personale			n = 2	n = 2	
Vareutval i nærbutikk			n = 1	n = 1	n = 2
Tilgang til kjøkken			n = 1	n = 3	
Kjølemoglegheit			n = 1	n = 1	n = 2
Lagerplass			n = 1	n = 1	n = 2
Barn frå ulike matkulturar		n = 1	n = 3		
Barna sin alder		n = 1	n = 3		
Personalet sin kompetanse om mat, ernæring og helse			n = 3	n = 1	

Både dei pedagogiske leiarane og dei matansvarlege blei spurt om kva dei meinte var dei tre viktigaste faktorane for å sikre barna i barnehagen/på avdelinga eit sunt mat- og måltidstilbod (tabell 21). Å følge offentlege retningsliner for mat og måltid i barnehagen var det som flest pedagogiske leiarar

(n = 10) og flest matansvarlege (n = 3) oppgav som viktigaste faktor. For dei pedagogiske leiarane var det deretter kommunen sine prioriteringar (n = 9) som var viktig i tillegg til å påverke tilsette sine haldningar (n = 6), at mat- og måltidsarbeid inngår i barnehagens årsplan (n = 6) og kompetansehevingskurs om temaet for tilsette (n = 6). For de matansvarlege var dei viktigaste faktorane deretter å verke inn på dei tilsette sine haldningar (n = 3) og meir pengar til mat (n = 2).

Tabell 21: Kva er dei tre viktigaste faktorane for å sikre barn i barnehagen/avdelinga eit sunt mat- og drikketilbod (det var mogleg å velje fleire svar)

	Matansvarleg (n = 4)	Pedagogisk leiar (n = 14)
Å følgje offentlege retningsliner for mat og måltid i barnehagen	n = 3	n = 10
Verke inn på tilsette sine haldningar	n = 3	n = 6
Kommunen sine prioriteringar	n = 1	n = 9
Meir pengar til mat	n = 2	n = 4
At mat- og måltidsarbeid inngår i barnehagen sin årsplan	n = 1	n = 6
Kompetansehevingskurs om temaet for tilsette	n = 1	n = 6
Dialog med foreldre om medbrakt mat		
Anna	n = 1	

Spørsmål om dei tre viktigaste faktorane for at «Måltidene i barnehagen skal være en pedagogisk arena der barn får medverke i mat- og måltidsaktiviteter» blei stilt til både pedagogiske leiarar og dei matansvarlege (tabell 22). Både mellom dei pedagogiske leiarane og mellom dei matansvarlege blei tid, bemanning/tilgjengeleg personale og haldningar hos personalet oppgitt å være de tre viktigaste faktorane for at måltidene i barnehagen skal være en pedagogisk arena der barn får medverke i mat- og måltidsaktiviteter.

Tabell 22: Kva er de tre viktigaste Faktorane for at «Måltidene i barnehagen skal være en pedagogisk arena der barn får medverke i mat- og måltidsaktiviteter» (det var mogleg å velge fleire svar)

	Matansvarleg (n = 4)	Pedagogisk leiar (n = 14)
Tid	n = 3	n = 11
Bemanning/tilgjengeleg personale	n = 3	n = 11
Haldningar hos personalet	n = 2	n = 9
Pedagogisk kompetanse hos personalet		n = 5
Barnas alder	n = 1	n = 2
Økonomi		n = 2
Tilgang til kjøkken	n = 1	n = 1
Kjøkkenfasilitetar	n = 1	n = 1
Avstand til nærbutikk		
Vareutval i nærbutikk		
Samansetninga av barnegruppa		
Anna	n = 1	

Fagområda frå Rammeplanen som i størst grad ble trekte inn i lunsjmåltidet på avdelingane var «Kommunikasjon, språk og tekst», «Antall, rom og form» og «Kropp, bevegelse, mat og helse» (tabell 24). Fagområda som i minst grad ble trykket inn i lunsjmåltidet var «Kunst, kultur og kreativitet» og «Etikk, religion og filosofi».

Tabell 23: I kva for grad, på ein planlagt og bevisst måte, trekke de fagområda frå Rammeplanen inn i lunsjmåltidet på avdelingane, besvart av pedagogisk leiar (n = 14)

	I svært liten grad	I liten grad	I verken stor eller liten grad	I stor grad	I svært stor grad
Kommunikasjon, språk og tekst				n = 13	n = 1
Antall, rom og form		n = 1	n = 3	n = 10	
Kropp, bevegelse, mat og helse		n = 2	n = 2	n = 9	n = 1
Nærmiljø, miljø og teknologi	n = 1	n = 3	n = 5	n = 5	
Nærmiljø og samfunn	n = 1	n = 3	n = 6	n = 4	
Kunst, kultur og kreativitet	n = 1	n = 5	n = 5	n = 3	
Etikk, religion og filosofi	n = 3	n = 4	n = 5	n = 1	n = 1

Til slutt i spørjeskjemaet til både pedagogiske leiarar og matansvarlege spurde vi om barnehagen hadde rutinar for registrering og handtering av barn med matvareallergi eller matintoleranse. Så nær som alle oppgav at dei hadde rutinar for dette (data ikkje vist).

3.2. Utvalde resultat frå spørjeundersøkinga sett i lys av tiltaket

Me legg til rette for minimum to faste måltid kvar dag

I alle barnehagane hadde barna moglegheit for å ete frukost, lunsj og ettermiddagsmat kvar dag.

Me set av god tid til kvart måltid

Det blir stor sett satt av god tid til kvart måltid. Ingen av barnehagane oppga å bruke mindre enn 20 minutt på lunsjmåltidet. Nokre oppga å bruke 20-30 minutt på dette måltidet, medan de fleste oppga å bruke meir enn 30 minutt.

Me legg til rette for å kunne ete frukost for dei som ikkje har ete frukost heime

Barnehagane legg til rette for at ungar som ikkje har spist frukost heime kan ete dette i barnehagen, og i alle barnehagane hadde barna moglegheit for å ete medbrakt frukost.

Me har maksimum 3 timar mellom kvart måltid

Alle barnehagane har opningstid mellom 06.45 og 17.00, altså omkring 10 timar per dag. Det er vanskeleg å vurdere om barnehagane har maksimum 3 timar mellom kvart måltid, men i og med at barna har moglegheit for å ete frukost, lunsj og ettermiddagsmat i barnehagane, kan det være at dette punktet vert imøtekome.

Me serverar lettmjølkk og vatn som drikke til måltida

Alle barnehagane har tilbod om vatn til måltidene fem dagar i veka.

Lettmjølkk, anten den rosa eller den grønne, var den vanlegaste mjølkketypen å tilby fem dagar i veka i barnehagane. Det var sjeldan/aldri tilbod som skummamjølkk, medan det var tilbod om heilmjølkk i blant. I Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid skriv Helsedirektoratet at: «Barnehagen bør ikkje tilby heilmjølkk eller bruke heilmjølkk i matlaging.»

Me serverar vatn som tystedrikk mellom måltida

I alle barnehagane ble det oppgitt at vann ble tilbod fem dagar i veka utanom måltidene. Mjølkk, juice, nektar og saft ble sjeldan/aldri servert utanom måltidene.

Me prøvar å unngå mat og drikke som er tilsett mykje sukker

Ut i frå svara på spørjeundersøkinga ser det ut til at barnehagane imøtekjem punktet om å unngå mat og drikke som inneheld mykje tilsett sukker. Eksempelvis ser det ut til å være liten bruk av mat og drikke med mye tilsett sukker, og ingen oppgav å servere kake, is eller liknande ved feiring av bursdagar.

I intervju med dei tilsette kjem det likevel fram at haldningane hos dei tilsette når det gjeld bruk av sukker, eksempelvis på grøt o.l., varierer. Vår anbefaling vil være at alle barnehagane set av tid til å diskutere mat og drikke i barnehagen, gjerne med utgangspunkt i støttemateriellet utarbeidd av Helsedirektoratet i Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid i barnehagen. Det er viktig at desse

diskusjonane involverer flest mogleg i personalet, uavhengig av stillingstype, slik at felles haldningar for gode vaner vert etablert.

3.3. Utvalde resultat frå gruppeintervjua sett i lys av tiltaket

I denne bolken er me først og fremst opptatte av følgande punkt frå tiltaket, som i sin er sett i samanheng med Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid i barnehagen:

- Me legg til rette for at dei vaksne tek aktivt del i måltidet og et saman med barna
- Me legg til rette for eit godt fungerande og triveleg etemiljø.
- Me tar vare på måltida si pedagogiske funksjon.

Desse punkta var me mest opptatte av å få innsikt i gjennom intervjua. I møte med dei fire barnehagane i juni 2023, presenterte vi moment frå intervjua. Her valte vi å fokusere på sterke sider ved barnehagane sine praksisar, som både vi og dei tilsette sjølve ser stor verdi i å ta vare på. Vi valde òg å trekke fram utfordringar og dilemma som anten dei tilsette sjølve har peika på eller som vi vurderer til å ha stor verdi i å jobbe vidare med framover.

I møtet i juni, var funna frå intervjua presentert og diskutert med kvar barnehage for seg. Barnehagane er svært ulike i tal barn, avdelingar og tilsette samt i fysisk utforming. Desse og fleire andre faktorar påverkar korleis tiltaket verkar i kvar barnehage. Det har ikkje vore mandatet i arbeidet å samanlikne dei fire barnehagane mot kvarandre, men sjå den enkelte barnehage ut frå eigenarten på kvar stad. I denne rapporten har vi valt å presentere funna frå intervjua samla, av omsyn til dei tilsette. Med dette som utgangspunkt, vil det førekome motsigande utsegner på enkelte punkt. Vi har også valt å kome med same eksempel fleire gongar, der det er overlapp mellom to eller alle tre av dei ovannemnte punkta frå tiltaket.

Me legg til rette for at dei vaksne tek aktivt del i måltidet og et saman med barna

Under sakshandsaminga i forkant av det politiske vedtaket om matansvarleg i barnehagane, var fleire barnehagepedagogar opptatte av å formidle behov for meir ro og tid til dei mest sårbare barna. Dei tilsette på avdelingane formidlar at dette målet godt på veg er nådd allereie, sjølv om tiltaket ikkje har verka så lenge. Generelt opplever pedagogane at dei har meir tid med barna no, og nokre peikar på at dette er særleg til gagns nettopp for dei mest sårbare barna. Ein av grunnane er at dagen får færre avbrot. Ein anna viktig grunn er at ein har fått langt meir ro rundt måltida enn tidlegare.

Sterke sider ved praksisen i dag

- Når matansvarleg tar hand om dei praktiske oppgåvene knytt til arbeidet med mat- og måltid, får pedagogane meir tid med barna.
- Ettersom den matansvarlege tar hand om trygg mat i handtering og tillaging med omsyn til hygiene, allergiar og kulturelle eller religiøse matreglar, kan pedagogane i større grad vere aktive samtalepartar med barna.

Utfordringar og utviklingspotensial i tida framover

- Å ta aktivt del i eit måltid saman med barna, handlar mellom anna om å ha ein fagprofesjonell forståing av kva måltidet kan ha for funksjon både for kvart barn, men òg for fellesskapen. Det å skape ei sams forståing i heile personalgruppa for føringane i Nasjonal fagleg retningslinje, er ein viktig del av dette arbeidet.
- Særleg når det gjeld den rolla barnehagen kan spele i at barna etablerer sunne matvanar og i kva grad alle barn opplever å vere inkludert i fellesskapen, er det å skape sams forståing eller haldningar i heile personalgruppa viktig for å dra «lasset» i same retning. Dette heng også saman med dei tilrådingar vi i mat- og drikketilbodet vi har presentert tidlegare i rapporten.

Me legg til rette for eit godt fungerande og triveleg etemiljø

I tiltaket er det ikkje spesifisert kva kommunen legg i det å ha eit godt fungerande og triveleg etemiljø. Vi stilte derfor dette spørsmålet heilt ope for pedagogane å definere kva dei legg i dette. Samtalane kom til å dreie seg om svært ulike ting, mellom anna i kva grad praksisen i barnehagane og avdelingane er inkluderande for alle barn, om plassering av kjøkken i høve til avdelingane, variasjon i mattilbodet og forholdet mellom barnehagen og føresette.

Sterke sider ved praksisen i dag

- Bordet er stort sett alltid dekkja når det er tid for mat og dei vaksne kan sete seg ned å ete saman med barna, framfor praktiske gjeremål knytt til måltidet.
- Ettersom tilbodet om varm mat for det meste er satt saman av vegetarrettar og fisk, et ungane meir grønnsaker enn tidlegare og det er lite trong for tilpassing til religiøse og kulturelle matreglar. Det at alle får tilbod om den same maten er viktig. Det gjer måltidet til en meir inkluderande arena.
- Arbeidet med å inkludere ulike matkulturar i mattilbodet gjer òg at vaksne og barn opplever seg meir inkludert.
- Variasjonen i mattilbodet er mykje større enn før og barna ser ut til å ha utvida det matmessige repertoaret. Slik vert måltidet i mindre grad ein arena der ein må «kjempe» med ungar som ikkje vil ete. Ein opplever at barna har matglede. Dei set til dømes tydeleg pris på ferske brød, rundstykke og gode matlukter.
- Ungar som treng litt ekstra tid under måltida, kan sitte att på kjøkkenet fordi den matansvarleg er der.

Utfordringar og utviklingspotensial i tida framover

- Enkelte barnehagar har ein fysisk infrastruktur som gjer at enkelte avdelingar har betre tilgang til kjøkkenet og den matansvarlege som ressurs enn andre. Her bør ein diskutere på kva måtar ein kan organisere både matlaging og andre matrelaterte aktivitetar, slik at skilja mellom kva dei ulike avdelingane får ut av tiltaket vert minst moglege.
- Å ha kjøkken inne på ei avdeling kan på same tid gi nokre ulemper, som ein på same måte bør diskutere korleis ein minskar på beste måte.

- Dei fleste kan i større grad enn i dag forsøke å involvere nærmiljøet til barnehagen i ulike matrelaterte aktivitetar. Det kan til dømes vere å ønske velkommen føresette som ressursar i arbeid med ulike matkulturar, involvere ressurspersonar i landbruk, nærbutikk eller andre.
- Alle dei matansvarlege har eit stort engasjement for arbeidet dei legg ned og brenn for å formidle matglede til både barn og vaksne. Dette engasjementet kan gjerne nyttast i større grad enn i dag, saman med barna.
- Det å lage varm mat tar tid og krev mykje serveringsutstyr. Det er ei viktig avveging å gjere mellom verdien av varm mat og «anna» mat. Til det ligg å diskutere kva ved den varme maten som har verdi, og kva som gjer at ein potensielt vurderer varm mat til å ha høgare verdi eller status enn kald mat.
- Nokre har ønske om (enda) meir tradisjonsmat eller husmannskost. Her kan ein kanskje føye til «mat frå heile verda». Barnehagane med mangfaldige barnegrupper, har høve til å la seg inspirere av føresette sine matkulturar. Barnehagane som ikkje har like mangfaldige barnegrupper, kan likevel jobbe for å auke variasjon og mangfald i mattilbodet.

Me tar vare på måltida sine pedagogiske funksjonar

Måltidet som pedagogisk arena er ein arena kor vaksne og barn saman kan undre seg, utforske, erfare, samtale, bli klokare, le, synge, bli utfordra, oppleve fellesskap og heilskap. Også under måltidet kan barna sin leik (!) bidra til at barnehagen sitt samfunnsmandat om å «i samarbeid og forståelse med heimen, ivareta barnas behov for omsorg og lek og fremme læring og danning som grunnlag for allsidig utvikling⁽¹²⁾.» Ved å utnytte måltidet sin pedagogiske funksjon, kan ein legge til rette for at barn får utvikle nysgjerrigheit, leikande utforskartrøng og kreativitet, kjensle av meistring, å høyre til og å bli tatt på alvor.

I spørjeundersøkinga spurde vi i kva grad fagområda i Rammeplanen vart trekte inn i arbeidet rundt lunsjmåltida på avdelingane. Dei gav opp at fagområda «Kommunikasjon, språk og tekst», «Antall, rom og form» og «Kropp, bevegelse, mat og helse» i stor grad vart trekte fram i lunsjmåltidet. Pedagogane stadfestar dette i intervjuet. Det vil seie at fagområda «Kunst, kultur og kreativitet», «Natur, miljø og teknologi», «Etikk, religion og filosofi» og «Nærmiljø og samfunn» anten vert lite nytta eller ikkje gjenkjent som fagområde som «områder som har interesse og eigenverdi for barn i barnehagealder, og skal bidra til å fremme trivsel, allsidig utvikling og helse»⁽¹²⁾. For vidare å utforske moglegheitene som ligg i måltida vil vi anbefale at dei tilsette trekker alle fagområda inn i arbeidet med mat og måltid. I dei neste avsnitta, ser vi nærare på kva for sterke sider og utfordringar dei tilsette sjølve ser med barnehagane sin praksis i dag, i høve det å nytte måltidet som pedagogisk arena.

Sterke sider ved praksisen i dag

I spørjeundersøkinga, spurde vi dei pedagogiske leiarane i kva grad det meiner lunsjmåltidet på avdelinga var tilrettelagt for å vere en pedagogisk arena for barna. Over halvparten av pedagogane meiner at lunsjmåltidet i stor eller svært stor grad var tilrettelagt for å vere en pedagogisk arena.

Respondentane blei bede om å kome med eitt eller to eksempel korfor/korfor ikkje lunsjmåltidet var ein pedagogisk arena for barna på avdelinga. Her følger nokre eksempel som illustrerer korfor dei vurderer måltidet til å vere ein pedagogisk arena på eigen avdeling. Sitata er språk-normaliserte.

«Me tek den tida som måltidet tek - me har god tid og tek oss tid til kvart av barna. Nokre dagar kan starten på måltidet i litt mindre grad vere tilrettelagt for dette, men det roar seg ned etter første brødiskiva er delt ut. Nokre er litt utolmodige. Men me tek alt i eit roleg tempo og stressar ikkje.»

«Her syng me, me kan slå hendene i bordet og banke med koppene våre. Me følgjer barna sine initiativ og legg til rette for opplevingar i fellesskap. Me har heller som hovudmål at barna skal få i seg mat, prosessen dit er ikkje alltid det viktigaste, som at det skal skje på akkurat EIN bestemt måte.»

«Me driver med språktrening gjennom å snakke saman med barna rundt eit roleg måltid. Vi øver på køkultur, å vente på tur og snakkar om folkeskikk og høflegheit.»

«Vi utnyttar ulike situasjonar til å bruke språket vårt. Til dømes ved ikkje å seie «Vil du ha den eller den?», men heller vere konkret og seie: «Vil du ha salami eller leverpostei?». Måltida er òg fine for å øve finmotorikk, ved å smøre brødiskiva eller helle mjølk i koppen sjølv, og med å drikke frå kopp.»
«Det er rom for prat og gode samtaler rundt maten. Det blir lagt opp til smaking og prøving av ulik mat og at barna sjølv styrer når dei er meitte, og når dei vil eller ikkje vil smake.»

«Me bruker god tid når me har lunsj, og me snakkar saman om kva me får servert. I tillegg er det ein fin arena for å snakke om andre ting som opptar barna.»

«Vi deler i små grupper og har rom for samtale og undring.»

Når samarbeidet mellom pedagogar og matansvarleg fungerer, ser vi fleire vinstar. Mellom anna kjem god integrering av kunnskapsområda knytt til mat og måltid som resultat av godt samarbeid mellom pedagogar og matansvarleg. Det gir også matansvarleg høve til å utvikle gode relasjonar til barna. Når barna er med på ulike prosessar knytt til mat og måltid i mindre grupper som faste ordningar som rullerer, får matansvarleg nettopp høve til å verte kjent med barna. I neste tur opplever enkelte pedagogar at det bidrar til å skape og spreie matglede. Saman med at variasjonen i mattilbodet er mykje større etter at matansvarleg kom, ser barna ut til å ha utvida det matmessige repertoaret. Fleire smakar på varmmaten enn før og mange et meir enn ein hadde forventa. Det gjeld både varm mat og til dømes ferske brød.

Pedagogane ser òg samanheng mellom det å servere tradisjonsmat, gjere aktivitetar som viser kor maten kjem ifrå, og det å utforske til dømes kva som skjer med gjæren i ein deig, og måltidet sin pedagogiske funksjon.

Utfordringar/utviklingspotensial i tida framover

I det same opne spørsmålet i spørjeundersøkinga som referert i avsnittet over, kom respondentane også med eksempel på korfor dei opplevde at ikkje lunsjmåltidet fungerte som pedagogisk arena for barna på avdelinga. Dette er nokre av svara pedagogane gav. Sitata er språk-normaliserte.

«Av og til opplevast måltidet som litt kaotisk. Mange barn som skal få mat samtidig og fleire vaksne som skal hjelpe. Vi prøvar no med ein nærværsoving før mat og det fungerer til en viss grad.»

«Me smørjer maten på benken i staden for bordet, pga. hygiene. Barna snører, nyser og tek på alt av mat og pålegg på bordet.»

«Barna er for små [eittåringar] til at måltidet kan vere ein pedagogisk arena.»

For å nytte kunnskapsområda meir inn i mat- og måltidsarbeidet, peikar dei tilsette i intervjuet på mange områder dei kunne tenkje seg å bli betre på, med konkrete punkt dei ser utviklingspotensial på. Fleire stadar er barna lite involvert i det som skjer på kjøkkenet. Nokre døme er å inkludere barna enda meir i ulike prosessar knytt til mat og måltid, frå skrelling og kutting til borddekking, å legge til rette for fleire sanseopplevingar eller å ta i bruk føresette som ressursar i arbeid med mat og måltid, til dømes i arbeid med ulike matkulturar. For å få dette til, ser mange for seg tettare samarbeid mellom pedagogar og den matansvarlege. I tillegg seier fleire av dei matansvarlege at dei gjerne skulle ha tid til å snakke saman på tvers med dei andre matansvarlege for erfaringsutveksling og inspirasjon. Vi vil særleg oppmode barnehagane til å inkludere dei minste barna i matrelaterte aktivitetar, utan å legge for mykje vekt på «resultatorientert» matlaging.

Fleire er inne på at ein kunne ha laga mat ute på avdelingane, men at det sjeldan skjer. Fleire kunne tenkje seg å utvide bruken av barnehagen sitt lokalmiljø som ressurs i arbeid med mat og måltid, til dømes ute i skog og mark. Dei peikar på at det kan skje i etablerte grillhytter, på bålplassar eller andre stadar ute. Generelt gjeld det at infrastrukturen i barnehagane, mellom anna med fysisk plassering av kjøkkenet, verkar inn på korleis der matansvarlege kan nytte engasjementet og viljen dei har til å bidra til å nytte måltidet sin pedagogiske funksjon. Enkelte matansvarlege vil gjerne inkludere barn i fleire konkrete aktivitetar, som baking, men opplever at tida ikkje strekk til for slike ting.

Dei som allereie systematisk har ei ordning med at barna er med på kjøkkenet, vil gjerne utvide ordninga med fleire dagar i veka.

3.4. Andre generelle observasjonar

Vegen vert framleis til medan vi går

Dei matansvarlege opplever at det er stort samsvar mellom stillingsutlysinga, tiltaket i praksis og den rolla dei har i dag. Det tek tid å finne ei god form og passande rytme på arbeidet, og dei matansvarlege er opptatt av at vegen vert til medan ein går og at ingenting er heilt satt enda. Så langt har alle dei matansvarlege inntrykk av at tilsette og føresette er svært nøgde med tiltaket. Dette er samanfallande med korleis pedagogane opplever tiltaket så langt.

Det verkar til at dei matansvarlege er stolte av jobben dei gjer, at dei legg mykje arbeid i å gjere en god jobb som tilfredsstillar avdelingane, samstundes som dei ser potensial og er motiverte for å utvikle arbeidet vidare i tråd med intensjonane bak tiltaket. Dei matansvarlege opplever å ha stort handlingsrom og høg grad av autonomi, noko dei set stor pris på. Enkelte av dei matansvarlege opplever at det å kalkulere matmengde og porsjonar til tider har vore krevjande, men at det stadig går betre.

Avdelingane merkar godt den/dei dagane i veka matansvarlege ikkje er til stades på kjøkkenet. Då er det dei gamle rutinane som gjeld, underforstått det som ikkje fungerte optimalt før tiltaket vart innført.

Meir kostnadseffektivt og mindre matsvinn?

Barnehagane har ulike innkjøpsordningar, noko som ser ut til å fungere godt. Vi har ikkje undersøkt dei økonomiske sidene ved dei ulike ordningane, men det finst argument både for og imot hjå alle barnehagane. Hjå dei barnehagane der matansvarlege sjølve går på butikken, er det mogleg å ta med barna, med dei lærings- og opplevingspotensiala som ligg i det. Den matansvarlege kan i tillegg følge med på mat- og drikketilbodet i den lokale butikken, kjøpe inn mindre kvanta og på den måte bidra til å spare utgifter. Innkjøp via kommunen si innkjøpsordning gir antakeleg betre økonomi per eining. Men desse innkjøpa har mindre eller ingen lærings- og opplevingspotensial for barna. Fleire av barnehagane vurderer kva for rutinar for innkjøp som gjev størst vinst, både økonomisk, praktisk og pedagogisk.

I tillegg til effektane tiltaket var meint å ha, trur pedagogane at tiltaket gjev mindre matsvinn og at innkjøpa er meir kostnadseffektive enn før. Tidlegare var det mange som skulle halde styr på kva ein hadde på lager og kva som måtte kjøpast inn, lage bestillingslister, bestille og ta imot varer eller kjøpe inn. Dei føler seg òg tryggare på maten vert handtert, oppbevart, laga og servert med god hygiene og på ein trygg måte. Vi vil streke under at vi ikkje har undersøke dette spesielt for denne rapporten.

Infrastrukturen i dei ulike barnehagane verkar inn på tiltaket

Som nemnt tidlegare, har barnehagane ulik fysisk utforming, organisering av barnegrupper og avdelingar og andre faktorar som verkar inn på tiltaket. Dette er faktorar som gjer at tiltaket må utformast ulikt, skal tiltaket verke likt for på alle avdelingar og aldrar.

For å ivareta behovet for mat-tryggleik og hygiene, bør ein ha fysiske eller rutinemessige skilje mellom reine og ureine soner. På enkelte av kjøkena er det vanskeleg å legge til rette for fysiske skilje. Her bør ein ha god kommunikasjon mellom matansvarleg og dei andre tilsette, slik at ein er samde om kva for rutinar som gjeld.

Enkelte kjøken har leitt og god tilgang på lagerplass tilknytt kjøkkenet. Nokre av kjøkena har lagerplass som ikkje ligg tilknytt kjøkkenet og/eller har lite lagerplass. Dette kan verke inn på i kva grad ein kan kjøpe inn større kvanta av til dømes tørrvarer, og kor mykje tid som går med til å gå imellom kjøken og lager.

4. Oppsummering og tilrådingar for vidare arbeid

På bakgrunn av resultatane frå spørjeundersøkinga, intervjuet og dialogmøtet vi har gjennomført, har vi desse tilrådingane for vidare arbeid med mat og måltid i Vinjebarnehagen. Lista gir ikkje ei prioritert rekkjefølge.

1. Auka bruken av grønsaker

Det ser ut til at alle barnehagane med fordel kan auke tilbodet av grønsaker, slik at serveringa av grønsaker og frukt/bær blir likestilt.

2. Minske bruken av hard margarin, smørblanda margarin og heilmjolk

Helsedirektoratets kostråd knytt til matfeitt er: «Velg matoljer, flytende margarin og myk margarin fremfor hard margarin og smør.» I nokre av barnehagane nyttar ein smørblanda margarintypar (til dømes Bremykt) til brødmåltidet og hard margarin når ein lagar varmmat. Mjuk og flytande margarin har mindre metta fett enn smørblanda margarin og harde margarinar og er derfor anbefalt. Det same gjeld skumma- og lettmjolk, som er anbefalt framfor heilmjolk.

3. Pålegg

Pålegga som barnehagane oftast tilbyr er ulike kjøtpålegg, leverpostei, fiskepålegg, heilfeit ost og grønsaker. Det var i liten grad bruk av mager ost og lite bruk av vegetariske pålegg som bønnepostei, linsepostei og hummus. Alle barnehagane kan med fordel auke bruken av desse pålegga.

4. Bruke tid på å drøfte ulike spørsmål på tvers av ansvar, stilling og avdeling

Det å skape felles forståing eller haldning til kva for verdiar ein skal basere den pedagogiske praksisen på, i kvar enkelt barnehage, kan berre skje dersom alle tilsette tar del i dialogen rundt desse spørsmåla. Vi anbefaler alle styrarar og pedagogar å ta opp utfordringar og dilemma som vi peika på i møtet i juni 2023 og i denne rapporten, med så store delar av kollegiet som mogleg. Det kan vere spørsmål som:

- Med utgangspunkt i at matvanar er sterkt knytte til kultur, identitet og opplevingar av utanforskap og/eller fellesskap: korleis kan vi t.d. la mat og måltid representere ulike land sine matkulturar ved nasjonaldagsfeiringar eller ta i bruk føresette eller andre i barnehagen sitt lokalsamfunn som ressursar i arbeid med mat og måltid?
- Kva ligg til rolla som matansvarleg og kva skal vere den pedagogiske funksjonen og måla for måltida? Kva for verdi har det å servere varm mat éin eller to dagar per veke? Kva vinn ein og kva går ein glipp av med det, mellom anna i høve til dei pedagogiske måla og funksjonen til måltidet? Korleis best mogleg utnytte at ein no har ein ressurs på det matfaglege?
- I kor stor grad er mat- og drikketilbodet forankra i Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid i barnehagen? Er det private og personlege, eller profesjonelle haldningar som ligg til grunn for barnehagen eller avdelinga sin praksis i dag. Å kjenne etter: er det normer og reglar eg og/eller vi har med oss frå eige liv, som styrer kva for normer og reglar som rammar inn matlaging og måltid i barnehagen, er det me vaksne eller barna som saknar og spør etter t.d.

sukker eller smør på grauten? Det kan ha stor verdi å ta ein slik samtale for å skape felles forståing i heile personalgruppa for kva sunt kosthald i barnehagen inneber i praksis. Barnehagane bør sjå dette i samanheng med dei tilrådingane vi har gitt tidlegare i rapporten.

- Korleis løyse det at barnehagen sin infrastruktur kan vere til hinder for at alle avdelingar eller barn får like mykje glede og nytte av tiltaket? Korleis ein kan løyse organiseringa av tiltaket slik at alle barna får glede av det uavhengig av kjøkkenet sin fysiske plassering? Diskutere om ein kan lage mat andre plassar i barnehagen enn på kjøkkenet, i fellesrom, ute eller på andre arenaer.

5. Legge til rette for noko meir tid til samarbeid mellom dei fire matansvarlege

Sjølv om dei fire matansvarlege er del av kollegiet i kvar enkelt barnehage, kan det ha stor verdi at dei med jamne mellomrom kan samsnakkast eller treffast for erfaringsutveksling og inspirasjon. Alle dei fire har kvar sine sterke sider som kan kome praksisen i dei andre barnehagane til gode.

På kva måte og kor ofte det kan være nyttig å legge til rette for samarbeid på tvers, svarar dei matansvarlege best for sjølve.

6. Ta i bruk barnehagane sine nærmiljø i større grad enn i dag

Enkelte av barnehagane er ofte i kontakt med barnehagen sitt nærmiljø. I nokre høve gjeld det personar i eller utanfor barnehagen som bidrar med ressursar i form av tid, praktiske ferdigheiter eller anna. I andre høve gjeld det å bruke naturen som spiskammers eller matlagingsarena saman med barna.

Vi opplever at det finst unyttige ressursar i nærmiljøet til alle barnehagane og oppfordrar til å gjere ein enkel analyse av kva for ressursar som kan bidra med tanke på å styrke måltidet som pedagogisk arena.

7. Styrke måltidet sin funksjon som pedagogisk arena

I tråd med punkt 8 i Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i barnehagen, som slår fast at «Måltidene i barnehagen skal være en pedagogisk arena der barna får medvirke i mat- og måltidsaktiviteter», oppmodar vi kvar barnehage til å ta stilling til på kva måte dei kan styrke dei pedagogiske funksjonane måltidet kan ha. Nokre spørsmål å ta stilling til kan vere:

- Korleis legge opp til at òg dei minste barna får utbytte av å ha matansvarleg i barnehagen?
- Kva for pedagogiske funksjonar kan matrelaterte aktivitetar bidra med, dersom ikkje alle mataktivitetar endar opp i eit (varmt) måltid?
- Kva for verdi kan det til dømes ha at barna får smake undervegs, sjølv om det iblant gjer at ein ikkje kan servere råvara eller maten?

4.1. Forslag til ressursar barnehagane kan bruke i drøfting og i vidare arbeid

- [Nasjonalt faglig retningslinje for mat og måltid i barnehagen](#) med støtte-ressursar (praktisk informasjon og fagleg grunngjeving).
- Heftet [Måltidet som pedagogisk arena](#) utvikla på oppdrag frå Utdanningsdirektoratet.
- [Temasider om mat og måltid i barnehagen](#) hos Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet.
- Rettleiar [til forskrift om miljørettet helsevern i barnehagar og skoler](#), § 9 *Måltid og etetid*, som mellom anna omtaler måltidet sine sosiale funksjoner.
- [Matjungelen for barnehagar](#): ressurside frå Folkelig og Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet, laga på bestilling frå Helsedirektoratet.
- [Bra mat i barnehagen – Råd, tips og oppskrifter](#). Oppskriftshefte utgitt av Helsedirektoratet, finnes digitalt og i pdf til nedlasting.
- Formuleringar frå [Lov om barnehagar \(barnehageloven\)](#) sin §1 *Formål*, blant Anna at barnehagen skal møte barna med [...] respekt, være et [...] trygt sted for fellesskap og [...] motarbeide alle former for diskriminering, og at barna skal få utfolde skaperglede, undring og utforskertrang.

Referansar

1. **Barnehagar** [<https://www.ssb.no/utdanning/barnehagar/statistikk/barnehagar>]
2. Helsedirektoratet: **Oppskriftshefte - Bra mat i barnehagen**. In.; 2018.
3. Birch LL: **Development of food preferences**. *Annu Rev Nutr* 1999, 19:41-62.
4. **Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltid i barnehagen**
<https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-barnehagen>
5. Holm L, Tange Kristensen S: **Mad, mennesker og måltid: samfundsvidenskabelige perspektiv 3**.
udgave edn: Munksgaard; 2020.
6. Amilien V, Krogh E: **Den kultiverede maten: en bok om norsk mat, kultur og matkultur**: Vigmostad & Bjørke AS; 2007.
7. Bjerklund M: **Speiling og synliggjøring av familiemangfold i barnehagen**. *Norsk pedagogisk tidsskrift* 2021, **105**(2):143-155.
8. Neumann IB, Ugelvik T: **Mat/Viten: Tekster frå kunnskapens kjøkken**: Universitetsforlaget; 2020.
9. Øvrebø LE, Andreassen BO: **Religiøse eteforskrifter i barnehagen. En kvalitativ undersøkelse om barnehagars strategier for tilpasning i møte med islamske eteforskrifter**. *Nordisk barnehageforskning* 2017, **16**.
10. Vik NE, Bjerklund M: **Familiemangfold og profesjonsutøvelse i barnehagen**: Universitetsforlaget; 2022.
11. Wistoft K, Qvortrup L: **Smagens didaktik** Akademisk Forlag; 2018.
12. **Rammeplan for barnehagen** [<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/rammeplan-for-barnehagen/>]
13. Regjeringen: **Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold (2017–2021)**. In.; 2017.
14. **PS91/2021 Matservering i barnehagen - presisering av vedtak**
<https://einnsyn.vtids.no/INNSYN.VINJE/DmbHandling/Details/47293?sourceDatabase=>
15. Paulsen MM, Høvdning BO, Kristiansen AL et al: **Måltid, fysisk aktivitet og miljørettet helsevern i barnehagen. En undersøkelse blant styrere og pedagogiske ledere**. In., vol. IS-0345
Helsedirektoratet; 2012.

**Mat og måltid i
Vinjebarnehagen**
Anne Lene Kristiansen
Susanne Moen Ouff

**Skriftserien fra Universitetet i
Sørøst-Norge nr. 135**

ISSN 2535-5325
ISBN 978-82-7206-810-2

usn.no