

Schemalagd skollunch - en lösning på stressfyllda skolmåltidssituationer?

Slutrapport för projektet
Väl godkänt för skolmåltiden

Sara Frödén & Johanna Björklund

Örebro universitet



1. INLEDNING.....	2
RAPPORTENS SYFTE OCH ÖVERGRIPANDE INNEHÅLL	3
2. FÖLJEFORSKNINGENS DESIGN, METOD OCH MATERIAL.....	3
FÖLJEFORSKNING.....	3
INTERVJUER PÅ PLATS MED ELEVER OCH SKOLPERSONAL.....	4
SLUTINTERVJUER VIA ZOOM OCH ELEVENKÅTER UNDER COVID 19-PANDEMIN	5
KÖN- OCH ÅLDERSFÖRDELNING I ELEVGRUPPERNA.....	6
BESKRIVNING AV MEDVERKANDE SKOLOR.....	7
UTMANINGAR OCH ÄNDRADE FÖRUTSÄTTNINGAR UNDER PROJEKTETS GÅNG	7
3. BAKGRUND	8
DEN SVENSKA SKOLMÅLTIDEN	8
PEDAGOGISK MÅLTID OCH MATRÅD I SVENSKA SKOLOR.....	9
SCHEMALAGD SKOLLUNCH	9
4. LÄRDOMAR OCH ERFARENHETER AV ATT INFÖRA SCHEMALAGDA SKOLLUNCHER... 10	
SKOLORNAS OLIKA RUTINER KRING SKOLMÅLTIDEN	10
STRESSFYLLD MILJÖ I SKOLRESTAURANGERRNA.....	11
SCHEMALAGD SKOLLUNCH BIDROG TILL EN LUGNARE MÅLTIDSSITUATION	12
ORGANISATORISKA PROBLEM OCH UPPLEVELSER AV ATT RASTEN FÖRSVINNEN	14
SAMVERKAN MELLAN PEDAGOGISK PERSONAL OCH MÅLTIDSPERSONAL.....	15
ELEVER OCH LÄRARE OM PEDAGOGISKA MÅLTIDER.....	16
SKOLMÅLTIDEN SOM EN DEL AV UNDERVISNINGEN I KLASSRUMMET.....	18
5. SKOLMÅLTIDENS HÄLSOMÄSSIGA ASPEKTER.....	20
SKOLMATENS BETYDELSE FÖR ELEVERS VÄLMÅENDE OCH HÄLSA	20
KOPPLINGAR MELLAN SKOLMATEN OCH ELEVERS SKOLPRESTATIONER.....	21
STÖRRE MEDVETENHET KRING SKOLMATENS PÅVERKAN PÅ ELEVERS SKOLPRESTATIONER	22
STRESSFYLLD MILJÖ OCH TIDSBRIST LEDER TILL MINSKAT MATINTAG OCH HUNGER.....	23
UPPFATTNINGAR OM SKOLMATENS KVALITÉ OCH STATUS.....	25
PERSONALENS SKIFTANDE ENGAGEMANG KRING SKOLMÅLTIDENS HÄLSOMÄSSIGA ASPEKTER	27
ELEVINFLYTANDE, VUXENMAT OCH ÖNSKERÅTTER.....	29
DEN VEGETARISKA SKOLMATEN	31
FÖRÄNDRINGAR I UTBUDET KAN GE FÖRÄNDRADE MATVANOR.....	31
VIKTEN AV PROVSMAKNING OCH LÄRANDE OM MAT	34
6. SAMMANFATTANDE DISKUSSION.....	36
ELEVERNAS EGNA FÖRSLAG PÅ FÖRBÄTTRINGAR AV SKOLMÅLTIDEN.....	38
REFERENSLISTA	40

1. Inledning

Väl godkänt för skolmåltiden är ett treårigt pilotprojekt som bedrivits under ledning av Skolmatsakademien Research Institute of Sweden (RISE). Det har pågått under åren 2018 - 2021. Projektets övergripande syfte är dels att implementera och utveckla konceptet med schemalagda skolmåltider på lektionstid i skolor inom Västra Götalandsregionen. Dels att bidra till att vidareutveckla de medverkande skolornas förhållningssätt till de pedagogiska måltiderna. Den grundläggande tanken bakom projektet är att schemalagda skolluncher utan efterföljande lunchrast bidrar till att miljön i skolrestaurangen blir lugnare och tryggare och att fler elever därmed deltar i skolmåltiden och äter tillräckligt med skolmat. De förväntade effekterna av schemalagd lunch är att elevernas välbefinnande ska öka och att deras skolprestationer förbättras, men också att det skapas en bättre dialog mellan elever, pedagoger och måltidspersonal. Det kan i sin tur leda till mindre matsvinn, vilket kan användas i ett långsiktigt arbete med att integrera skolmåltiden i ett lärande för hållbar utveckling.

Denna rapport har främst fokus på generella erfarenheter och lärdomar av att införa schemalagda skolluncher på de medverkande skolorna och de hälsomässiga aspekterna av skolmåltiden. Pedagogiska frågor som berör hur mat kan användas i ämnesundervisning eller i utbildning för hållbar utveckling samt arbetet med att minska matsvinn redovisas i andra kommande publikationer. Fyra kommunala grundskolor medverkade i projektet och de var belägna i olika kommuner i Västra Götalandsregionen. För att kunna genomdriva en större förändring både när det gäller organisering av och förhållningssätt till skolmåltiden så involverades både skolledningen, den pedagogiska personalen, elevhälsan och måltidspersonalen.

Tre forskare från Örebro universitet fick i uppdrag att genom följeforskning systematiskt dokumentera och utvärdera projektet i relation till dess syfte och förväntade resultat. Dessa forskare, Sara Frödén, Charlotta Pettersson och Johanna Björklund, har olika bakgrunder inom pedagogik, specialpedagogik och naturvetenskapernas didaktik. De är alla verksamma inom en tvärvetenskaplig forskargrupp som bedriver forskning om skolmåltiden och dess pedagogiska möjligheter och utmaningar. Följeforskningen bedrevs i tre av de fyra skolorna som deltog och pågick under hela projekttiden.

Förutom denna slutrapport har fler publikationer gjorts inom ramen för projektet. Först skrevs en delrapport som summerar den första omgången med elevintervjuer. Den behandlar främst sociala aspekter av skolmåltiden ur ett elevperspektiv (Pettersson, Björklund & Frödén, 2019). Därefter har två vetenskapliga artiklar publicerats som behandlar skolmåltiden som en inkluderingsfråga (Frödén & Pettersson, 2021) respektive elevers uppfattningar och upplevelser av den vegetariska skolmaten (Frödén, 2021). Ytterligare en vetenskaplig artikel om skolornas arbete för att minska matsvinn i relation till lärande för hållbar utveckling är under arbete.

Utöver detta planeras en tvärvetenskaplig antologi om skolmåltider i Norden. Detta skrivprojekt bedrivs inom ramen för nätverket *LEARNFOOD*, där följeforskarna och projektledaren är aktiva medlemmar. De kommer att bidra med en sektion bestående av fyra kapitel som behandlar den svenska skolmåltidskontexten, med projektet *Väl Godkänt för skolmåltiden* som ett konkret exempel.

Rapportens syfte och övergripande innehåll

Det övergripande syftet med denna slutrapport är att undersöka personalens och elevernas uppfattningar och erfarenheter av måltidssituationen före och efter att schemalagda skolluncher införts på tre av de medverkande skolorna, med särskilt fokus på de hälsomässiga aspekterna av skolmåltiden. Rapporten är samförfattad av två av forskarna, Sara Frödén och Johanna Björklund, förutom resultatdelen där forskarna författat varsin del. Den baseras främst på de intervjuer som gjorts med elever och personal vid två tillfällen samt en elevenkät som genomförts i slutet av projektet.

Texten består av följande delar:

Först presenteras följeforskningens design och genomförande, metoder för insamling av material samt en presentation av materialet. Det görs även en kort beskrivning av de medverkande skolorna. Sedan diskuteras utmaningar och ändrade förutsättningar under projekttiden. Därefter följer en kort bakgrund som behandlar skolmåltiden i Sverige och redogör för begreppen pedagogisk måltid och schemalagd skollunch.

Resultatet av följeforskningen är indelat i två olika delar. Del I börjar med en beskrivning av skolornas rutiner kring schemalagd lunch. Därefter följer ett avsnitt om de generella erfarenheter och lärdomar som skolorna fick när den schemalagda skollunchen infördes. Det innefattar jämförelser av miljön i skolmatsalen, logistiken och övergripande organiseringen av skollunchen samt samverkan mellan måltidspersonal och pedagogisk personal.

I del II behandlas skolmatens betydelse för elevers välmående och skolprestationer. Vidare jämförs uppfattningar kring skolmatens varierade utbud, dess kvalitet och status och möjligheter att påverka detta. Det görs också jämförelser av elevers upplevelser av hunger under skoldagen, deras matval och matvanor såsom intag av och förhållningssätt gentemot den vegetariska skolmaten före och efter införandet av schemalagd skollunch. Personalens uppfattningar om skolmåltiden och deras roll och ansvar för skolmåltidssituationen jämförs och diskuteras också.

Slutligen diskuteras och sammanfattas resultaten och rapporten avslutas med elevernas egna förslag på förbättringar av skolmåltiden som framkommit under projektet.

2. Följeforskningens design, metod och material

Följeforskning

Följeforskning innebär att forskare följer projektet från början till slut. Följeforskaren ansvarar inte för att leda projektet, men bidrar genom kontinuerliga återkopplingar med synpunkter och råd till projektledningen. Det möjliggör reflektion för att korrigera och förbättra projektets genomförande vilket kan ge en ökad måluppfyllelse (NUTEK, 2008; Ahnberg m.fl., 2010). Följeforskningen i detta projekt innebar att forskarna intervjuade elever och skolpersonal i början och i slutet av projektet. Vidare genomfördes deltagande observationer i skolrestaurangerna under måltiden och miljön dokumenteras med hjälp av anteckningar och fotografier. Forskarna har också haft regelbundna möten med projektledningen och givit synpunkter på projektets upplägg och innehåll. Förutom att följeforskningen innehöll en kontinuerlig utvärdering av projektet så bidrog analysen av insamlat material till att besvara andra forskningsfrågor.

Dessa delstudier har eller planeras att publiceras i vetenskapligt granskade tidskrifter och antologier (Se Frödén, 2021; Frödén & Pettersson, 2021).

Intervjuer på plats med elever och skolpersonal

I början och slutet av projektet intervjuades elever och personal på de tre skolorna. I rapporten kallas det första tillfället *inledningsintervju* och det andra tillfället *slutintervju*. Alla intervjuer var runt 30 minuter långa, de spelades in och transkriberades. Intervjuerna var semistrukturerade (Bryman, 2018). Det innebar i detta fall att det fanns en intervjuguide som följdes, men att intervjuaren kunde ställa relevanta följdfrågor och uppmuntra till en utveckling av svaren i den riktning som de intervjuade önskade. Frågorna som ställdes var mestadels öppna till sin karaktär och kretsade kring de hälsomässiga, sociala och pedagogiska aspekterna av skolmåltiden. I denna rapport används framför allt svaren som behandlar de förstnämnda aspekterna. De flesta intervjuer med elever i olika årskurser genomfördes i grupper om 3-4 personer (se tabell 2). Vid några få tillfällen gjordes intervjuer med enskilda elever eller i par, vilket berodde på att övriga elever i den tilltänkta gruppen inte var närvarande.

När det gäller den medverkande skolpersonalen så intervjuades de oftast individuellt eller i par. Urvalet av intervjupersoner gjordes i samråd med projektledare och rektorer. Det bestod av en rad olika professioner - skolledning, pedagoger, elevhälsoteam och måltidspersonal - för att få ett helhetsperspektiv på hur införandet av schemalagd skollunch påverkar hela verksamheten. Lärarna som intervjuades undervisade i de klasser vars elever blev intervjuade. I denna rapport görs ingen skillnad på lärare, fritidspedagoger och olika pedagogiska resurser när de citeras, utan de benämns alla som "pedagog". Specialpedagoger och kuratorer benämns i stället som "elevhälsan". Måltidspersonalen som intervjuades bestod främst av kockar (köksmästare) och köksbiträden, men även i detta fall görs ingen åtskillnad i texten vid citering. Det huvudsakligen skälet till att samla olika professioner under samma beteckning är kravet på anonymitet. Som tabellen nedan visar så är vissa professioner enbart är representerade av en eller två personer per skola. Genom detta förfarande blir det således svårare att identifiera enskilda personer. Tabellen nedan visar hur antalet intervjupersoner i de olika yrkeskategorierna är fördelade på de tre medverkande skolorna.

Tabell 1. *Fördelning av yrkeskategorier i respektive skola vid två intervjutillfällen. Den första siffran visar totala antalet personer vid första intervjutillfället och den andra siffran inom parentes visar det andra intervjutillfället.*

	Rektor	Lärare	Fritidspedagog /pedagogisk resurs	Elevhälsa (specialpedagog och kurator)	Måltidspersonal
Skola 1	1 (0)	7 (4)	5 (3)	3 (2)	2 (1)
Skola 2	2 (1)	7 (2)	1 (0)	4 (0)	2 (2)
Skola 3	1 (2)	7 (8)	(2)	2 (2)	1 (2)

Inledningsintervjuerna genomfördes under skoltid i grupprum eller andra lämpliga lokaler på skolan som personalen valt ut för ändamålet. I samband med att forskarna besökte skolorna så åt de skollunch tillsammans med elever och skolpersonal i matsalen. Vidare gjorde de deltagande observationer i skolorna och dokumenterade platsen genom att göra fältanteckningar och ta fotografier samt förde informella samtal med deltagarna.

Slutintervjuer via Zoom och elevenkäter under covid 19-pandemin

Enligt den ursprungliga planen skulle forskarna återkomma till skolorna och göra nya observationer och intervjuer i slutet av projektet. Eftersom covid 19-pandemin inträffade under projektets sista år, blev det tyvärr omöjligt att besöka skolorna igen. I stället genomfördes slutintervjuerna via Zoom med både personal och elever. Det fanns både för- och nackdelar med denna intervjuform, som var ny för forskarna. Förutom en del tekniska problem med ljud- och bildupptagning, så fungerade det generellt sett väl att intervjua på distans med ett digitalt verktyg, särskilt när det gällde personalintervjuerna. I vissa fall upplevdes det också som lättare att strukturera gruppintervjuerna, fördela talutrymmet bättre och se till att intervjupersonerna kunde tala utan att bli avbrutna. I andra fall upplevdes det som svårare att genomföra elevintervjuer via Zoom. Vid några tillfällen upplevdes eleverna som mindre talföra och mer oengagerade och obekväma i situationen än när de intervjuades på plats.

Framför allt var det färre antal elever som deltog i dessa slutintervjuer. Det fanns olika orsaker till att de inte kopplade upp sig på Zoom vid intervjutillfället, men det handlade sällan om att de hade svårigheter med tekniken. Särskilt de äldre eleverna var mycket vana vid Zoom då programmet användes i distansundervisningen varannan vecka. De förklaringar som eleverna själva uppgav till varför så få deltog var att intervjuerna antingen var förlagda under en lektion som de hellre ville närvara på eller de inte fått tillräcklig information om intervjutillfället och därför missade det. Det är också troligt att eleverna i årskurs 9 kände sig mindre motiverade till att delta i studien, eftersom de under stora delar av covid 19-pandemin inte serverats skolmat.

Då Skola 2 avbröt sin medverkan innan projektet var slut, hann endast inledningsintervjuer genomföras med eleverna. En slutintervju gjordes i stället med en mindre grupp utvalda personer ur personalen för att sammanfatta deras erfarenheter av att delta i projektet och dra lärdom av detta. Eftersom det var färre elever som deltog i slutintervjuerna så förändrades urvalet och vissa elevers röster saknas därmed. Underlaget för jämförelser av elevernas erfarenheter minskade därmed, vilket till viss del försvårade möjligheterna att mer grundligt utvärdera effekterna av ett införande av schemalagd skollunch.

I ett försök att samla in mer material där fler elever kunde komma till tals i enskilda frågor utformades en elevenkät av projektledaren i samråd med forskarna. Enkäten besvarades av elever från Skola 1 och 3. Den behandlade frågor om elevers upplevelser av hungerkänslor under olika delar av skoldagen och hur ofta de åt och smakade på den vegetariska skolmaten. När enkäten sammanställdes visade sig dock att det var i princip samma elever som deltog i intervjuerna som också svarade på enkäten, vilket gjorde att den inte bidrog till att underlaget blev större. Däremot förstärkte enkäten de uttalanden som eleverna gjorde i intervjuerna kring dessa två specifika ämnen.

I följande tabell redovisas materialet som använts i denna rapport:

Tabell 2. Observationer och intervjuer som genomförts på respektive skola

	Skola 1	Skola 2	Skola 3
<i>Inledningsintervjuer med personal</i>	9 intervjuer med 15 personer	9 intervjuer med 14 personer	9 intervjuer med 10 personer
<i>Slutintervjuer med personal</i>	8 intervjuer med 10 personer	1 intervju med 5 personer	8 intervjuer med 15 personer
<i>Inledningsintervjuer med elever</i>	6 intervjuer med 18 elever i årskurs 2	11 intervjuer med 36 elever i årskurs 4	12 intervjuer med 35 elever i årskurs 7
<i>Slutintervjuer med elever</i>	10 intervjuer med 22 elever* i årskurs 4	–	9 intervjuer med 22 elever** i årskurs 9
<i>Antal elever som svarat på en enkät</i>	23 elever Årskurs 4	-	16 elever Årskurs 9

* Nio nya elever tillkom **En ny elev tillkom

Kön- och åldersfördelning i elevgrupperna

Urvalet av intervjupersoner till elevintervjuerna gjordes i samråd med projektledaren och skolornas rektorer. För att få en god spridning över olika åldrar, så valde de i första omgången ut klasser från årskurs 2, 4 och 7 och de lärare som arbetade i dessa klasser. Alla intervjupersoner fick ge muntliga samtycken till att delta i studien. Dessutom gav vårdnadshavare till eleverna sitt skriftliga samtycke till att låta dem medverka. En annan aspekt av urvalet av elever är deras könstillhörighet. Det totala antalet elever som intervjuades var 90, varav 55 var flickor och 35 var pojkar. Ingen av de intervjuade eleverna identifierade sig uttryckligen som icke-binär. Denna sneda könsfördelning var likartad på alla skolor och över alla årskurser. Anledningen till att det var fler flickor än pojkar som deltog i intervjuerna är oklart. Alla elever i de utvalda klasserna fick samma information om studien och samma möjlighet att delta. Kön kan vara en viktig påverkansfaktor när det gäller relation till mat och ätande (se Frödén, 2021), men det framkom inte tydligt i materialet när det gäller de områden som behandlas i denna rapport. Både elever och skolpersonal tillfrågades också huruvida de upplevde att det var skillnad mellan flickor och pojkars matval och ätvanor i skolan. Majoriteten svarade nekande på denna fråga eller uppgav att de inte reflekterat över frågan tidigare och därför inte visste. Mot bakgrund av detta och av utrymmesskäl görs ingen analys utifrån ett könsperspektiv i denna slutrapport. De könskodade namn som finns i transkriberingarna används därmed inte, utan barnen benämns bara som "elev". Däremot beskrivs vilken skola och årskurs de går i, till exempel: (Elev, Skola 2, årskurs 4). Det beror på att resultatet visar att elevernas ålder och skolornas olika förutsättningar i vissa fall har betydelse för deras upplevelse av skolmåltidssituationen och skolmaten generellt och att det därför är relevant att kunna utläsa detta.

Beskrivning av medverkande skolor

De tre skolor som omfattades av följeforskningen bedrevs alla i kommunal regi, men hade olika stort antal elever och skilda geografiska lägen. Nedan följer en kort beskrivning av de medverkande skolorna med fokus på hur skolmältiden var utformad:

Skola 1 är en liten F-6 skola som ligger i närheten av en mindre stad. Då den var nystartad när projektet började fanns det först endast några få klasser i årskurs F-3. Under tiden som projektet pågick så fylldes skolan på med fler elever och fler årskurser. Skolan har ett eget tillagningskök och en skolrestaurang som ligger i anslutning till klassrummen i nybyggda lokaler. Det finns även en mindre matsal precis bredvid den större. Det serveras en kött- eller fiskrätt och en vegetarisk rätt varje dag som alla elever fick välja mellan samt en salladsbuffé. I denna skola intervjuades måltidspersonal, skolledning och elevhälsoteam och hela skolans pedagogiska personal samt elever från olika klasser i årskurs 2 och sedan samma elever när de gick i årskurs 4.

Skola 2 är en stor F-6 skola som är belägen centralt i en större stad. Skolan har ett eget tillagningskök och skolrestaurangen ligger i ett eget hus som är skilt från de andra lokalerna. Den blev renoverad under tiden som projektet pågick, men var trots detta fortfarande liten i förhållande till det stora antal elever som skulle vistas där under samma tid. Skolan serverar dagligen en kött- och fiskrätt och en vegetarisk maträtt som elever kunde välja mellan samt en salladsbuffé. I början av projektet intervjuades förutom måltidspersonal, skolledning och elevhälsoteam också pedagogisk personal som undervisade i olika klasser i årskurs 4-6. Även elever som gick i årskurs 4 intervjuades. Denna skola avbröt sitt deltagande i projektet efter 1,5 år så det blev inga slutintervjuer av elever.

Skola 3 är en medelstor F-9 skola som ligger i utkanten av en mindre stad. Skolan har ett mottagningskök och skolrestaurangen är centralt placerad i skolans byggnad på en plats som delvis fungerar som genomfartsrum. En del mindre förändringar av skolrestaurangen genomfördes under projektet. Förutom den vanliga maträtten som oftast består av animaliska produkter, så serveras en soppa som alternativ och en salladsbuffé. I början av projektet fick endast de elever som anmält sig som vegetarianer äta den vegetariska rätten som då betraktades som specialkost. Under projektet ändrades detta så att den blev en av två huvudrätter. På denna skola intervjuades måltidspersonal, skolledning och elevhälsoteam samt pedagogisk personal som undervisar i årskurs 7-9. I början av projektet intervjuades elever från olika klasser i årskurs 7 och sedan intervjuades de igen när de gick i årskurs 9.

Utmaningar och ändrade förutsättningar under projektets gång

Under tiden som projektet pågick uppstod en del utmaningar när det gällde införandet och upprätthållandet av de nya rutiner och strukturer som schemalagd skollunch innebär. Genom att en sådan större omställning påverkar en hel organisation så är det av stor vikt att det finns en bra ledning som förankrar projektet och dess syfte hos all personal. Tyvärr är det vanligt att det sker rektorsbyten så ofta som vartannat år i skolor och så skedde även under projektet. Det försvarade möjligheterna att upprätthålla en kontinuitet. Även köksmästare och andra nyckelpersoner bland den pedagogiska personalen slutade medan projektet pågick, vilket påverkade samverkan med måltidspersonalen och utvecklingen av den pedagogiska måltiden generellt.

Det visade sig också vara en logistisk utmaning att schemalägga alla måltider för alla klasser, särskilt på de två större skolorna. Det kunde exempelvis vara svårt för lärarna att få ut sin lagstadgade rast som tidigare lagts under lunchen. Det slutade med att en av skolorna, Skola 2, avslutade sin medverkan i projektet efter 1,5 år. Anledningen var främst stora organisatoriska problem med logistiken kring skolmåltiden och att informella ledare bland personalen motsatte sig delar av projektet, vilket gjorde det svårt att genomföra de förändringar som var planerade. I slutintervjun som genomfördes med rektor och utvalda personer från måltidspersonal och lärare framkom det dock att de lärare som var positivt inställda till schemalagda luncher gärna ville fortsätta med dem och framför allt utveckla de pedagogiska aspekterna av skolmåltiden i sina klasser. När covid 19-pandemin satte fart i början av 2020 tog projektet också en annan vändning. Nya rutiner kring skolmåltiden infördes för att möta de restriktioner som uppstod i samband med detta.

3. Bakgrund

Den svenska skolmåltiden

Utifrån ett internationellt perspektiv är det svenska systemet med gratis skolmåltider tämligen unikt. Tillsammans med Finland och Estland är Sverige ett av få länder i världen där staten erbjuder kostnadsfri skolmat för *alla* elever i grundskolan (Skolmatsakademin, 2021). I andra nordiska länder som Danmark och Norge måste de flesta barn ta med egen mat till skolan. I många länder erbjuds enbart elever från socioekonomiskt utsatta familjer kostnadsfri eller delvis subventionerad lunch och skolrestaurangerna tillhandahåller mat av tveksam näringskvalitet. Enligt den svenska skollagen ska måltiderna i de svenska förskolorna och grundskolorna vara såväl näringsriktiga som avgiftsfria för alla elever (SFS 2010:800). De senaste åren har skolmaten genomgått en förändring till att innehålla alltmer växtbaserad mat. Enligt Livsmedelsverkets nya rekommendationer ska skolorna erbjuda ett dagligt lunchutbud som består av “en eller flera lagade rätter varav den ena är vegetarisk som alla kan ta av, [samt] ett salladsbord med minst fem olika komponenter (Livsmedelsverket, 2019, s. 19). Därmed anses inte vegetarisk mat som specialkost för några få elever längre, utan i stället menar Livsmedelsverket (2019) att det är “bra om barn tidigt får lära sig att tycka om olika vegetariska rätter” (s. 22). Skolmåltiden kan på så vis ses som en del av skolans hälsofrämjande uppdrag där sunda matvanor betonas.

En huvudsaklig anledning till att införa statligt subventionerade skolmåltider för alla elever i början av 1900-talet var att utjämna socioekonomiska skillnader i samhället (Persson Osowski, 2019). Det är fortfarande en viktig utgångspunkt. Livsmedelsverket slår fast att “[d]e svenska skolmåltiderna ger alla elever, oavsett bakgrund, möjlighet till bra matvanor och är en viktig del i arbetet för jämlik hälsa och en hållbar utveckling” (Livsmedelsverket, 2019, s. 5). Ny forskning visar att elever som erbjuds kostnadsfria måltider har högre livstidsinkomst än de som inte fått ta del av det och skillnaden var större för elever från socioekonomiskt svaga områden (Lundborg m.fl. 2021). Forskning pekar också enhälligt på att näringsriktig kost har en central betydelse för lärande (Lennernäs, 2011). Däremot saknas ännu forskning som tydligt kopplar skollunchen till elevers skolprestationer.

Pedagogisk måltid och matråd i svenska skolor

Begreppet *pedagogisk måltid* utvecklades redan under 1970-talet i samband med regeringens barnstugeutredning, och är idag mycket vanligt förekommande i svenska grundskolor. Trots det så finns inga enhetliga definitioner eller nationella riktlinjer för hur en pedagogisk måltid ska utformas eller vad den ska innehålla (Sepp et al., 2006). På ett organisatoriskt plan innebär det att skolpersonal äter skolmat med eleverna i matsalen och att de får dessa måltider helt eller delvis subventionerade. Enligt Livsmedelsverket (2019) är syftet att ge möjligheter att bygga goda relationer mellan barn, ungdomar och vuxna, göra måltiden till en positiv upplevelse och hjälpa barn och ungdomar att få hälsosamma relationer till mat. Studier visar att 90 % av lärarna intar en gemensam skolmåltid med sina elever en eller flera gånger i veckan och att skolhuvudmännen till allra största delen bekostar detta helt eller delvis (Waling & Olsson, 2017). Lärare börjar också alltmer se måltiden som del av deras undervisning och hälsofrämjande uppdrag, speciellt när det gäller lärande om sunda matvanor och kulturella aspekter av ätande, så som bordsskick och att bedöma rimliga portioner. Samtidigt visar forskning att detta lärande främst sker under pedagogiska måltider för de lägre årskurserna i skolan och förskolan (Sepp m fl., 2006; Waling & Olsson, 2017).

Enligt skollagen ska utbildningen “förmedla och förankra [...] grundläggande demokratiska värderingar som det svenska samhället vilar på” (SFS 2010:800). I läroplanen för grundskolan, Lgr 11, står det vidare att det inte är tillräckligt att i undervisningen förmedla kunskap om grundläggande demokratiska värderingar, utan den ska bedrivas med demokratiska arbetsformer (Skolverket, 2019). Detta gäller även måltidsverksamheten, eftersom det är en integrerad del av skoldagen (Prop 2009/19:165, s. 872). Det är skolledningens ansvar att utveckla arbetsformer som gynnar elevinflytande. Olika former av matråd är vanligt förekommande i svenska skolor. De är ett av verktygen som kan användas för att ge eleverna inflytande över sin utbildning och ett sätt att förmedla både demokratiska värderingar och kunskap om (skol)mat, matvanor och hälsa.

Schemalagd skollunch

Schemalagd skollunch benämns också *lunch som lektion* eller *lunch på lektionstid*. Enligt Skolmatsakademien (2021) innebär det att skolmåltiden är åtskild från lunchrasten snarare än att vara en del av den. Eleverna har oftast en lektion eller aktivitet direkt efter att de ätit skollunch och går då tillbaka till sina klassrum. Denna lektion/aktivitet kan vara kopplad till måltiden och ha fokus på mat, hälsa och hållbar utveckling, men den kan också ha ett helt annat syfte och tema. Först därefter har eleverna rast (Holmberg & Andersson Fasth, 2021). Vanligtvis har skolorna avsatt 20 - 30 minuter för själva lunchen. För att kunna genomföra schemalagda måltider bör skolledningen bygga upp en schemastruktur som säkerställer att både lunchen och elevernas olika långa raster sker vid lämpliga tidpunkter under skoldagen. Dessutom behöver schemat möjliggöra för lärare att kunna äta med sina elever i matsalen. Samtidigt behöver också lärarna kunna ta ut de raster som de enligt arbetstidslagen är berättigade till. Denna nya struktur på skolmåltiden har genomförts på flera skolor i landet (MatTanken, 2018, 11 oktober). Däremot finns, oss veterligen, ännu inga publicerade forskningsstudier som har undersökt effekterna av schemalagda skolluncher.

4. Lärdomar och erfarenheter av att införa schemalagda skolluncher

Johanna Björklund

I denna del redovisas de resultat från följeforskningen som behandlar mer generella erfarenheter och lärdomar av att införa av schemalagd lunch på tre olika skolor. Först presenteras skolornas olika rutiner för att ge en bakgrund. Sedan beskrivs situationen under skolmåltiden innan projektstart och därefter erfarenheter kopplat till införande av den schemalagda skollunchen och slutligen även samarbetet kring skolmåltiden mellan skolans personal.

Skolornas olika rutiner kring skolmåltiden

Skolorna som deltog i projektet hade sedan tidigare rutiner för pedagogisk måltid som införlivades i de nya strukturerna för schemalagd lunch. Det bidrog till att de schemalagda luncherna utvecklades på olika sätt på de tre skolorna, även om det fanns ett gemensamt upplägg inom projektet att förhålla sig till.

På Skola 1 introducerades dagens lunchmeny vid morgonsamlingen i varje klass. Under måltiden satt eleverna åldersblandat på bestämda platser. Placeringen av eleverna ändrades med jämna mellanrum. Lunchen varade 20 minuter och efter att elever och lärare ätit gick alla tillsammans tillbaka till klassrummet för lektion och därefter kom rasten. Under lunchen hade de också 5 tysta minuter, vilka inte sällan låg mitt i lunchen som en signal om att ta en omgång mat till om det behövdes.

Denna skola hade också ambitionen att koppla gemensamma pedagogiska aktiviteter till den schemalagda skollunchen. Dessa skedde i de olika klassernas så kallade hemvister eller i matsalen efter lunchen. De visade till exempel en film eller hade en rörelseaktivitet. Under slutintervjuerna beskrevs dock detta som alltför tidskrävande att planera och genomföra. Den delen togs bort i samband med förändringar som skedde på grund av restriktioner under covid 19-pandemin. I stället valde lärarna att fördjupa presentationen av dagens mat och de menade att det var lättare att koppla till ämnen som de arbetade med.

På Skola 2 visades dagens lunchmeny på intern-TV som var placerad i anslutning till matsalen. Elever gick tillsammans med lärare till skolrestaurangen och lunchen som var ca 20 min inleddes med 5 tysta minuter. Efter lunchen gick elever och lärare tillsammans tillbaka till klassrummet. Skolan har ett stort antal elever och pedagoger och en förhållandevis liten matsal som låg i en separat byggnad långt från många av klassrummen, vilket försvårade organiseringen av den schemalagda lunchen. Det var också denna skola som avbröt projektet i förtid.

På Skola 3 presenterades dagens lunchmeny i årskurserna 7-9 under lektionstid av vissa av lärarna. Denna presenterades också från centralköket, där maten tillagades, via ett Instagramkonto och på en tavla vid skolrestaurangens entré. Den schemalagda lunchen innebar att eleverna skulle sitta tillsammans under en utsatt tid. När projektet startade hade eleverna rast efter lunch och under projektet infördes schemalagd lunch under majoriteten av skoldagarna. De dagar då lunch följdes av rast och den obligatoriska lunchtiden var över satt eleverna ändå kvar i skolrestaurangen tills nästa lektion startade. I projektet ingick att eleverna skulle ha fasta platser. Lunchtiden var 20–30 minuter.

De tre skolornas olika förutsättningar och rutiner gjorde att personalens och elevernas upplevelser av att införa schemalagd lunch på flera sätt skiljer sig åt. Det skiljer sig också mellan olika elevgrupper och yrkeskategorier inom samma skola. I följande del beskrivs först de generella erfarenheterna av att införa och upprätthålla rutiner för schemalagda skolluncher och sedan jämförs det med hur måltidssituationen var tidigare.

Stressfylld miljö i skolrestaurangerna

Under de inledande intervjuerna beskriver både elever, pedagoger och måltidspersonal att måltidssituationen i skolrestaurangerna känns stressfylld och stökig med hög ljudnivå. Personalen på Skola 1 hänvisade dock till sina tidigare erfarenheter på de skolor där de varit verksamma innan, eftersom måltidsverksamheten inte kommit igång fullt ut när inledningsintervjuerna gjordes. I Skola 3 var det så allvarligt att det fanns pedagoger som undvek att äta i matsalen. Så här beskrevs situationen av olika pedagoger:

Vi flyr... Alltså att sitta där nere, det är inte ett val känns det som på grund av ljudnivån. Men då kanske man kontrar det genom att [säga]"Jamen om ni sitter där så blir det inte så hög ljudnivå" - det stämmer inte! Oavsett om vi sitter där eller inte så är det ett problem. (Pedagog 1, Skola 3)

...det är en ohållbar situation när det kommer till ljudnivån. Och den icke-harmoniska miljön som är där nere, den har ju ökat de senaste åren. Det har jag ju märkt - på grund av att schemat kring matsalen har blivit krångligare att lägga. [...] Det är väldigt många barn som äter samtidigt. (Pedagog 2, Skola 3)

Nej, jag tror att de [kollegor] tycker att det är för hög ljudvolym där nere. Och sen så måste man ta tag i konflikter och det är inte alla som orkar göra det. (Pedagog 3, Skola 3)

Det fanns liknande problem med höga ljudnivåer i matsalen i Skola 2 också. Även här medförde den jobbiga matsituationen att lärarna ibland valde bort att äta pedagogisk lunch tillsammans med eleverna:

Vi har ju lärare som inte äter i [skolmatsalen] på grund av att det är högljutt och stökigt (Pedagog 2, Skola 2).

Svårigheter att både hinna äta och ta ut sin lagstadgade rast var också något som också lyftes som en anledning till att de ibland valde att inte äta i skolrestaurangen:

Jag tror det är att man känner att det är en oro och att det är, man har kort rast på sig att hämta andan lite mellan lektionerna och då känner man att man behöver få varva ner lite eller gå undan lite eller känna att det är lite lugn och ro, för där nere är det ju hela tiden en större och hög ljudnivå och så där. Och plus att... Ja... Man sitter och äter, men man jobbar ju samtidigt. (Lärare 1, Skola 3)

Elevernas upplevelser av måltidssituationen innan schemalagda lunchen infördes varierade mer och var mindre samstämmig. Elever vid Skola 2 upplevde framför allt att det var stressigt när de skulle gå till restaurangen.

Om det är något gott så är det krig i trapphuset om vem som ska komma ner först. (Elev, Skola 2, åk 2)

En del elever vid Skola 3 beskrev att det kunde vara stökigt och hög ljudnivå i restaurangen och att det främst berodde på att den låg på en plats där många passerade

på väg till olika klassrum och andra lokaler. Många av eleverna i årskurs 7 ansåg att det var högre ljudnivå när det yngre årskurserna var i restaurangen. Många elever upplevde inte att den höga ljudnivån eller stökiga miljö i restaurangen var så besvärande, man hade haft det så länge att man vant sig:

Alltså jag tror att man typ vänjer sig vid det. För vi har gått här ganska länge så vi tänker inte på det längre. (Elev, Skola 3, åk 7)

Schemalagd skollunch bidrog till en lugnare måltidssituation

Personal från alla de medverkande skolorna konstaterade i de avslutande intervjuerna att den schemalagda lunchen hade bidragit till att måltidssituationen blivit lugnare. Det berodde främst på att eleverna hade fasta platser i matsalen och en överenskommen tid under vilken alla skulle sitta kvar. De menade att eleverna nu fick tillräckligt med tid att äta upp skolmaten i lugn och ro.

Det är extremt stor skillnad. Och det tycker jag är positivt. De sitter kvar, [eleverna] på mellanstadiet. Och det är mycket bättre när det gäller våra tider i skolmatsalen, för de sitter ju kvar. Förut var det bara så här [ljud] och sen sprang de ut. Eller så åt de inte alls. (Pedagog, slutintervju, Skola 2)

Men om jag jämför med på min förra skola, så är det ju ett annat lugn. Det är ju ingen som kastar i sig maten här för att på en kvart komma ut och ta bästa bandyklubban. (Pedagog, slutintervju Skola 1)

Jag kan bara säga som man ser på andra ställen [skolor] att det är oftast stressigt. Att oj, nu fick man gå för nu börjar min [elevens] rast och då springer man därifrån för att man inte vill missa rast fast man kanske inte har ätit upp. Här är det mer att man väntar in till en liten lektion, så det är inte rasten man missar. Det känns att det inte är samma stress. (Pedagog, slutintervju, Skola 3)

Bland eleverna var uppfattningarna inte lika entydiga, vilket hade olika orsaker. På Skola 2 gjordes inga slutintervjuer med eleverna på grund av att projektet avslutades för tidigt på denna skola. Eleverna på Skola 1 hade svårt att göra jämförelser, eftersom projektet pågick sedan skolan startade. Flera av eleverna påtalade dock att det var bra med fem tysta minuter eftersom det gör att ljudnivån, som annars kunde vara ganska hög, gick ner. Eleverna uppskattade också att ha fasta platser i matsalen. En elev sa att det känns som de hade längre tid att äta jämfört med när projektet startade, vilket gjorde att hen kände sig mindre stressad nu.

När det gällde elever på skola 3 så hade de vid slutintervjuerna svårt att minnas några förändringar. Flera av dem sa dock att lunchen hade blivit mer uppstyrd i början av projektperioden. De nämnde att de skulle sitta tillsammans klassvis och fler lärare åt med dem. Eleverna tyckte att detta hade släppts på nu, så att det ofta satt andra elever vid klassens bord och att färre lärare åt i tillsammans med eleverna i restaurangen.

Jo, men alltså om man jämför hur det var innan så var det ju rätt kaos, alltså så här ibland fanns det typ inte ens plats. så jag tycker ändå att de har styrt upp det ganska bra när de gjorde bestämda bord. Sedan så typ försvann det ju, för att folk satte ju sig på våra bord, och sedan så typ slutade folk bry sig. (Elev 1, slutintervju, Skola 3, åk 9)

Jag har inte sett någon direkt skillnad. Det är för jag satt bara med min klass ändå annars och det gör ingen större skillnad för mig så. Men jag tycker det var ganska trevligt [...] att man vet vart man ska sitta nu. (Elev 2, slutintervju, Skola 3, åk 9)

Ja, men jag håller med [föregående talare]. Det brukar oftast vara så att man får matro och så men det händer att någon sitter på ens plats. (Elev 3, slutintervju, Skola 3, åk 9)

Inte på någon av de två skolor där vi genomförde slutintervjuerna nämnde eleverna något om att förändringen under projektet inneburit att de inte har någon rast efter måltiden utan gått direkt tillbaka till lektionen. På Skola 1 kan en anledning till detta vara just att det aldrig varit på något annat sätt på denna skola. På Skola 3 har eleverna i årskurs 9 redan tidigare ofta suttit kvar i restaurangen under hela lunchrasten så det blev inte någon synbar skillnad. Eftersom få lärare följde med eleverna så kunde man i praktiken inte heller kontrollera att alla eleverna gick från restaurangen samtidigt, så kunde fortfarande ta en kort rast om de vill.

I Skola 1 har den schemalagda skollunchen medfört att fasta rutiner har utvecklats, där det varit tydligt när måltiden börjar och slutar samt vilka olika ansvarsroller personalen har. I denna skola upplever den pedagogiska personalen att det också gett en ökad trygghet och gemenskap på rasten, eftersom eleverna fått tid under lektionen innan rasten att berätta vad de tänker göra under den.

I Skola 3, med elever i årskurs 7–9, hade de intentionen att ha en samlad tid under vilken alla skulle sitta kvar, men detta har inte kunnat genomföras då få lärare följer med dessa elever och äter. Trots detta uttryckte många pedagoger att det varit positivt att eleverna suttit och ätit på fasta platser klassvis tillsammans. De upplevde att det gjort att de blivit mer måna om varandra och duktigare på att samtala under lunchen samt att det hade förstärkt pedagogernas kontakt med eleverna när dessa ätit i matsalen och att tryggheten eleverna emellan troligen blivit bättre. Kort sagt tyckte pedagogerna att den sociala samvaron i matsalen hade blivit trevligare. Detta var något som också uttrycktes av eleverna, samtidigt som de lyfte att en nackdel var att de inte kunde sitta med elever från andra klasser. Eleverna menade att det minskade möjligheterna att umgås och lära känna elever som inte går i ens klass. Även om relativt få högstadielärare åt i matsalen så upplevde några lärare att det var poppis bland eleverna att sitta bredvid en lärare och gärna hojta: "Här har vi en plats till dig, här kan du gärna sitta."

Pedagoger från Skola 2 som avslutat projektet i förtid menade att delar de ville behålla var att sitta och "har ett samkväm vid måltiden även om det av eleverna upplevs som tråkigt" (Pedagog, Skola 2). De menade att eleverna vände sig efterhand och fick inställningen "sitter man ändå där så kan man lika gärna äta" (Pedagog, slutintervju, Skola 2). Det minskade stressen att springa ut på rast och de använde också tiden under den gemensamma lunchen för att lära barnen att äta hälsosamt:

Men också att man gör en större grej av själva måltiden. Att man kan... Se till att alla barn ska ha en tallrik, [...]. Vi jobbar mycket med vad som ska ligga på den tallriken. Att man alltid tar någonting från salladsbordet, och det har man ju tid att prata om på ett annat sätt än när man måste bara äta fort. (Pedagog 1, slutintervju, Skola 2)

Pedagogerna i årskurs F–6, Skola 1 var generellt positiva till schemalagningen av lunchen och de beskrev också hur det knöt lunchen närmare det pedagogiska arbetet:

"Givande har varit att man har börjat se det här med maten i ett sammanhang som påverkar elevens hela skoldag, tycker jag, att det är en del, det är nästan som en lektion." (Pedagog, Skola 1)

Organisatoriska problem och upplevelser av att rasten försvinner

Schemalagningen av lunchen har för skolorna i varierande grad varit ett organisatoriskt problem. För Skola 1, som startade i början av projektet och som därför hade få elever, anpassade lokaler och inga tidigare fasta rutiner gick det lättare än på de två större redan etablerade skolorna. Pedagogerna från Skola 2 tyckte att det kändes stressigt att hinna följa sina elever till och från matsalen och att rasterna upplevdes som kortare eller att de kom på fel tid. Både elever och lärare uttryckte att de upplevde att rasten försvunnit.

Det var mest problem tycker jag, i alla fall i vårt lag. Det var mest lärarna, vi hade inte tid för att göra vissa saker. Vi hann verkligen inte transportera oss själva till andra lektioner eller kopiera... Det var för stor skillnad i schemat, så det var många som verkligen inte hann. Man hann inte ens gå på toa. [...] Vi blev mer stressade. (Pedagog 2, slutintervju, Skola 2)

För Skola 2 var just de organisatoriska problemen som orsakades av att det var en stor skola och långa avstånd med transport utomhus för att nå matsalen, som gjorde att skolan avbröt sitt deltagande i projektet.

...med de yngre barnen så förlorade vi extremt mycket tid. Transport till och från skolmatsalen - det tappar man mycket tid från undervisningen på. Vintersäsongen är speciellt svårt när man ska ha på sig kläder och så kan man tänka att man bara ska springa i sina ytterskor ner till skolmatsalen. Men [...] går det ett brandlarm så har inte en enda unge en jacka på sig om vi ska stå utomhus, så det måste man få på dem. Och jag hade kanske inte så jättemycket bekymmer med min klass, men jag vet att andra lärare vittnade om att de inte fick tillbaka sina elever utan de började leka på skolgården. [...] Och så var lektionen därefter också kanske bara 20 minuter - så vad blev det kvar av den när man då hade fått in alla igen? (Pedagog 1, slutintervju, Skola 2)

I Skola 3 innebar en schemalagging med separat rast inte så stor skillnad mot tidigare, eftersom lärarna inte följde de äldre eleverna till matsalen och inte heller åt regelbundet med dem. Här hade skolan ambitionen att ha en lektion direkt efter lunchen, men har enligt pedagogerna av schematekniska skäl frångått detta:

Pedagog, slutintervju, Skola 3: Vi trodde ju att det skulle bli så att vi hade lektion och sen så bröt vi för att gå och äta tillsammans och sen gå tillbaka, det blev inte så.

Intervjuare: Är det på grund av bara schematekniskt att det inte har fungerat?

Pedagog, slutintervju, Skola 3: Ja, jag tror att det var så.

På Skola 2 och 3 hade de redan tidigare i olika årskurser delar som den schemalagda lunchen innehöll, så som fasta platser. Pedagogisk personal ansåg att det vore bättre att genomföra omlagningen gradvis, och i de klasser där behovet att få en lugnare matsalsmiljö var störst. De menade också att den stora vinsten var att eleverna hade en bestämd tid när de måste sitta i matsalen och att eleverna lämnade den tillsammans, samt att de hade fasta platser. Om rasten inföll direkt efter det eller inte var av mindre betydelse, ansåg pedagogerna. Lärare uttryckte dock sin oro över att de elever som åt riktigt långsamt inte skulle hinna äta färdigt. En annan farhåga från pedagoger var att det skulle kunna vara stigmatiserande för elever i årskurs 7-9, som av olika anledningar inte vill äta i matsalen, att tvingas gå dit och sitta med en tom tallrik framför sig.

Samverkan mellan pedagogisk personal och måltidspersonal

Under de inledande intervjuerna med skolpersonalen var det tydligt att många lärare hade otillräcklig kunskap om skollunchen som serverades. De uttryckte till exempel att de inte hade information om vad rätterna innehöll och några visste inte om den vegetariska rätten var till för alla eller enbart de som anmält specialkost. En del kände inte heller till måltidsverksamhetens miljö- och hållbarhetsarbete vad gäller skolmåltiderna. En anledning kan vara att pedagogerna sällan kommunicerade med måltidspersonalen förutom att de hälsade på varandra när de sågs i matsalen. Även eleverna hade bristande kunskap om skolmåltiderna. På Skola 2 trodde en grupp elever till exempel att maten kom färdiglagad till skolan i en lastbil varje dag, när måltidspersonalen i själva verket lagade den på plats.

I slutintervjuerna framkom det att samarbetet mellan måltidsverksamheten och den pedagogiska personalen i Skola 1 och 2 hade stärkts under projektet. De gemensamma aktiviteterna inom projektet tycktes ha bidragit till detta:

Jag kan tillägga att jag tycker att en vinst med att man schemalade måltiden, var att man band köket närmare skolan. Att man kom med in i verksamheten på ett annat sätt än vad man var innan [...]. Man blev tvungen att diskutera med varandra olika saker. Bra samarbete på alla plan på grund av detta projekt, tycker jag. (Måltidspersonal, slutintervju, Skola 2)

På den nystartade skolan (Skola 1) fanns en gemensam plan och uttalad strategi för hur måltiderna skulle integreras i skolans pedagogiska verksamhet och där uttryckte både pedagoger och måltidspersonal att köket hade en viktig roll och tog många pedagogiska initiativ:

...vill jag kalla den utbildningsroll, men vi har upptäckt att vi har mer att lära ut på det sätt som vi kan få tid. Att det, finns möjlighet att lära barnen saker som inte hade kommit fram annars. (Måltidspersonal, slutintervju, Skola 1).

På denna skola hade rektorn också en tydlig ambition att stärka samarbetet genom deltagandet i projektet och varit noggrann med att till exempel: "...informera köket om skolan hela tiden". Arbetslagsledaren och kökschefen hjälptes åt att ta fram bordsryttare och planera olika teman. En av elevhälsoteamet beskrev det som att "det känns som om måltidspersonalen ändå är en del av skolan - kanske lite mer än på en vanlig skola" (Elevhälsoteam, slutintervju, Skola 1). En person nämner att måltidspersonalen "till och med" är med på fredagsfikat. Måltidspersonalen uttryckte å sin sida att de märkte skillnad: "eftersom våra pedagoger [...] har varit med i det här projektet hela tiden och vet vad det handlar om och vet hur vi jobbar" (Måltidspersonal, slutintervju, Skola 2).

Att projektet ökat samarbetet mellan pedagogisk personal och skolmåltidspersonal uttrycktes däremot inte tydligt av personalen på Skola 3. Här upplevde så väl måltidspersonal som pedagogisk personal att det fortfarande fanns få kontaktytor mellan skola och måltid. Precis som i Skola 1 har dock funnits en arbetslagsledare från personalen som utsetts till kontaktperson för projektet och som tillsammans med måltidspersonalen har tagit fram informationsmaterial om maten i form av bordsryttare och affischer på väggarna i matsalen:

Det är lite olika teman ibland. Det kan vara skördetid eller så där, så kan det vara något som kopplas till det. Hur bonden jobbar eller så där. Nu var det nya idag såg jag. [...] det var mjölkens väg, hur mjölken kommer från kossan till bordet. (Pedagog 1, slutintervju, Skola 3)

Det här är en början till ett samarbete där dock former för att sprida det till andra i det pedagogiska kollegiet inte funnits så att potentialen lärande i skolrestaurangen eller i ämnesundervisningen utifrån informationen inte tagits till vara:

Pedagog 2, slutintervju, Skola 3: Det är lite affischer och så här också uppsatta. Idag var det, som jag inte hade sett förut, det var ju, de hade satt affischer om matsvinn. Hur mycket som hade slängts igår, då hade de vägt upp det för då var det 7 kg, eller vad det var.

Pedagog 1, slutintervju, Skola 3: Det där var lite synd för det där tog de ju inte upp med oss innan.

Pedagog 2, slutintervju, Skola 3: Det hade vi [...] ville ju vi jobba med. Inte just du och jag kanske, men ämneslärore och så. Vad betyder det och det är mycket text och de små barnen kan ju inte läsa det. Det är en jättebra grej men det kanske blivit bättre för barnen om de hade varit förberedda på att titta nu, hur mycket man slänger. Och det lilla du slänger, det blir ju en del av det stora. Åt upp det i stället.

Att den pedagogiska personalen och skolmåltidspersonalen inte hade några regelbundna gemensamma möten var något som fortfarande efter projektets slut av personalen på Skola 3, sågs som hinder för ett sådant samarbete. Detta var i och för sig ett potentiellt problem på alla skolor som deltagit i studien eftersom då verksamheterna var organiserade under olika förvaltningar, vilket gjorde att de olika personalgrupperna inte hade gemensamma möten och utbildningar. Skulle ett samarbete ske så behövde det initieras och planeras av skolledning och köks-/måltidschef, eller vara egna initiativ av personalen. På Skola 3 har utvecklades det inte något sådant samarbete trots projektet. Det kan finnas flera förklaringar till detta, men en är att skolan har haft byten av såväl rektor- som köksmästare under projektiden.

På Skola 2 uttryckte såväl måltidspersonal som pedagogisk personal däremot att projektet givit fler tillfällen till kommunikation. De har gjort saker tillsammans, till exempel nämner personalen att eleverna gjorde kortare filmer och intervjuade måltidspersonalen om ekologisk mat, matsvinn och hållbar utveckling. Då fick eleverna se vad som tillagades, om "hur bra mat det äter och hur mycket tid de i köket tillbringar för att det ska bli bra" (Pedagog, slutintervju, Skola 2). Måltidspersonalen hade också startat med provsmakning av en vald grönsak, för att visa barnen och öka intresset för grönsaker, de har också haft provsmakningar på olika maträtter som grönsaken användes i.

Personalen på Skola 2 menade att det ökade samarbetet mellan de vuxna lett till en ökad trygghetskänslan på skolan generellt, någon uttryckte också att det lett till en bättre stämning och att det var trevligare på jobbet.

Jag kan tillägga att jag tycker att en vinst med att man schemalade måltiden, var att man band köket närmare skolan. Att man kom med in i verksamheten på ett annat sätt än vad man var innan, så att man fick ett närmare samarbete där för att vi berörde båda med... Man blev tvungen att diskutera med varandra olika saker. Bra samarbete på alla plan på grund av detta projekt, tycker jag. (Måltidspersonal, slutintervju, Skola 2)

Elever och lärare om pedagogiska måltider

På alla tre skolor som deltog i projektet betalade lärarna ett reducerat pris för maten om de åt pedagogisk måltid. Inte någon av den intervjuade personalen kände dock till om det fanns några formella riktlinjer för en sådan måltid vid skolan, men de kunde i stora

drag beskriva vad de ansåg att den innebar. De beskrev det som att lärarna skulle ”bete sig lite som förebilder” och nämnde att de skulle se till att eleverna tog lagom mycket mat, uppmuntra dem att provsmaka och att “alla elever var allas ansvar” (Pedagog, slutintervju, Skola 1).

På Skola 2 ansåg måltidspersonalen att den pedagogisk måltiden alltid varit en fråga under diskussion, men att det inte funnits några klara direktiv kring sådana måltider. När kommunen delade upp utbildning och måltid i olika förvaltningar uppfattade måltidspersonalen det som att man beslutat att den skulle innehålla ett tillsynsansvar men att det utifrån detta var skolorna eget ansvar att definiera vad det specifikt innebar. Pedagogisk personal från denna skola uttryckte att varje lärare hade egna tankar om vad uppdraget innebar men att det skulle kunna sammanfattas som en blandning av tillsyn och social träning.

“[...] att man sitter tillsammans med barnen vid ett bord. Vi pratar mycket bordsskick, att man ska använda kniv och gaffel och inte sitta och kaka en hel potatis på en gaffel och mumsa. Alltså mycket sådana grejer som jag tycker är en pedagogisk måltid, att prata kring det man äter. Men det är mer på individnivå. Som skola har vi kanske inte en jättetydlig bild om vad som ingår i hela den pedagogiska måltiden, men jag tror att vi som pedagoger har våra egna tankar om vad man lägger i det.” (Pedagog, Skola 2)

Liknande beskrivningar av syftet med den pedagogiska måltiden gav pedagoger från Skola 3:

[Att] samtala om mycket, varför ska man inte ska sitta och sleva i sig med sked när det finns kniv och gaffel, att vi är tillsammans i världen och man är inte ensam. Ja, jag ser att du tar hela tallriken med morötter, men hur tänker du med fisken då? Det är interaktion runt själva måltiden och situationen där. (Pedagog 1, slutintervju, Skola 3)

Men pedagogerna lyfter också den pedagogiska måltidens sociala dimensioner, till exempel att dem ger möjligheter till samvaro och att bygga relationer:

Så det är som man lär känna barnen bra, tycker jag. Man kan prata om olika saker, vad de gör på sin fritid och så där. Det är också värdefullt. Man vet lite om dem. Det är inte alltid man hinner det annars på vanliga lektioner, på det sättet. (Pedagog 2, slutintervju, Skola 3)

[Det är] jätteviktigt just att man visar och samtalar runt hur man är tillsammans. Social träning och att man är en samhällsmedborgare och så. [...] Det ger upphov till samtal och det bygger relationer, det är helt annat att bygga relationer i matsalen än att bygga i klassrum. Så att det sociala tycker jag är lika viktigt som näring, så att de ska ha rätt näring det tycker jag också är jätteviktigt. Men att man är aktiv, man jobbar nästan hårdare i matsalen än man gör när man undervisar ibland. (Pedagog 2, slutintervju, Skola 3)

Tillsynsansvaret uttrycktes tydligast hos pedagogerna i lägre årskurser, så som på Skola 1:

Att de ska torka sin plats efteråt så det är snyggt omkring sin plats, dricka nånting till maten och vi går ju tillsammans upp sen. Så de får ju inte bara springa upp utan det ska ju vara lugnt. (Pedagog, slutintervju, Skola 1)

Det fanns också kritiska röster som beskrev hur svårt det var att få till en trevlig matsituation. En av pedagogerna menade att en stor del av arbetstiden i skolan handlade

om att ha uppsikt över barnen och se till att det inte blev konflikter - både på lunchrasten, i skolmatsalen och klassrummet:

“Pedagogisk lunch är väl ett finare sätt att säga att du vaktar dina barn. [...] I den bästa av världar... jag menar, jag kan ju tycka att det är roligt att sitta och prata med elever. Det tycker jag. Men vi vaktar mer än vad vi undervisar vissa dagar, känns det som”. (Pedagog, slutintervju, Skola 2)

Måltidspersonalen på Skola 3 upplevde att den pedagogiska måltiden fungerade bra i de lägre åldersgrupperna, där åt lärarna med sina elever, men att det i årskurs 7-9 var få lärare som var med. Det fanns enligt dem dessutom en konflikt mellan måltidsverksamheten och den pedagogiska verksamheten om vem som skulle betala mellanskillnaden när lärarnas mat subventionerades. En del lärare i årskurs 7-9 på denna skola vittnade om att de inte åt på grund av att det var så stökigt och så hög ljudnivå i matsalen att de inte kunde få någon mat. På den skolan säger ändock eleverna i årskurs 9 att det var viktigt att lärare var med i matsalen för att “styra upp när det blir för högljutt”. De sa att:

“Jo, men jag tror nog att det hjälper en hel del om någon vuxen sitter och håller koll på sin klass för annars så brukar de andra strunta i det och prata hur högt som helst.” (Elev, slutintervju, Skola 3)

Eleverna i Skola 3 berättade också att de pratade med lärarna mest om deras lektioner, och att lärarna brukade uppmuntra dem att ta mer grönsaker. Å andra sidan tyckte de mest om när de fick prata med lärarna om andra saker än skolan, till exempel om “privatliv”.

“Det är kul att sitta och prata med lärarna, som [namn på person] sa, att det inte ska vara seriöst och handla om skolan. Utan att kunna prata som vanligt med en lärare.” (Elev, Skola 3, åk 9)

Även lärare uttryckte att det är viktigt att prata om andra saker än undervisningen under lunchen. En lärare i Skola 1 uttryckte det som att det var:

” ... att knyta kontakter och sociala relationer och det är klart att det gör man ju när man sitter och småpratar runt ett bord.”

Skolmåltiden som en del av undervisningen i klassrummet

Det var sällan som pedagogisk personal uttryckte att skolmåltiden kopplades till ämnesundervisningen eller till läroplansmål, snarare var det lärande kring sociala interaktioner samt om näring och hälsa som ägde rum i restaurangen som betonades. I de exempel som gavs under intervjuerna på att mat och måltid användes för att uppnå centralt innehåll i ämnesundervisningen tycktes det i hög grad bero på en enskilda lärarens intresse och engagemang än på en genomtänkt och kontinuerlig pedagogisk planering förankrat i läroplanens mål. Hem- och konsumentkunskap var i detta avseende ett naturligt undantag.

Skola 1 som startades samtidigt som projektet startade och där skolledningen tog en tydlig och aktiv roll i arbetet började bygga arbetssätt och en struktur för att utnyttja skolmåltidens pedagogiska potential i undervisningen. Det utvecklades också ett samarbete kring detta mellan pedagogisk personal och måltidspersonal. På skolan genomförde pedagogisk personal till exempel en gemensam pedagogisk aktivitet i

samband med lunchen, som i och för sig inte alltid hade koppling till mat. Skolan hade också en arbetsgrupp med pedagogisk personal och måltidspersonal som tog fram informationsmaterial att användas i skolrestaurangen. Måltidsverksamheten tog en tydlig och viktig roll här. Det här arbetet var i sin linda under hela projektiden, och pandemin gjorde dessutom att det bromsades upp.

På Skola 2 och 3 fanns inget tydligt sådant arbete och heller ingen struktur för samarbete mellan pedagogisk personal och måltidspersonal som underlättade. Men enskilda lärare och arbetslag tog egna initiativ:

Jag kan tala för mig själv bara nu. Jag tycker att vi gjorde mycket av de här sakerna. Och nu talar jag väl kanske främst för ett till tre där jag har jobbat mest de senaste åren. Att vi jobbar mycket med de här sakerna som jag tycker som jag tycker projektet står mycket för. Jobbar med på morgonen, man går igenom menyn vad som ska serveras. Om det står lite roliga ord så pratar vi. – Vad är en mustig soppa? Till exempel. Pratar vi om vad det kan betyda. Och jobbar mycket med måltiden och vad som ska vara på tallriken. Svinn pratar vi mycket om. Jag känner att vi jobbar ganska mycket med, med miljön och måltidens... Vad som ska finnas på en tallrik. Vi har ett besök som man gör på lov, på hälsoäventyret, där man pratar om näringsämnen i en måltid. Vilka delar som behövs ätas. Så jag kan nog känna, för min del och för många andra som jag jobbar tillsammans med, att mycket av de här delarna gjorde vi även innan. (Pedagog, slutintervju, Skola 2)

Detta illustrativa exempel ger en fin bild av den stora lärandepotential som skollunchen har och det arbete som projektet förhoppningsvis har gett inspiration till.

5. Skolmåltidens hälsomässiga aspekter

Sara Frödén

I denna del redovisas de resultat som handlar om skolmåltidens hälsomässiga aspekter, vilket innefattar skolmatens betydelse för elevers välmående och skolprestationer. Mer specifikt presenteras och jämförs exempelvis elevers intag av skolmat, deras matval och upplevelse av hunger under skoldagen före och efter införandet av schemalagda luncher. Det görs även jämförelser av intervjupersonernas intag av och förhållningssätt gentemot den vegetariska maträtten och den salladsbuffé som serveras. Förändringar av personalens engagemang och syn på sin professionella roll under skolmåltiderna diskuteras också.

Skolmatens betydelse för elevers välmående och hälsa

Att skolmaten spelar en viktig roll för elevernas välmående och hälsa påtalades ofta av både måltids- och skolpersonal. Trots att skolmåltiden har både sociala och pedagogiska aspekter, så var dess hälsomässiga aspekter ofta mycket framträdande i personalens utsagor:

“Det handlar mycket om att de ska få energi för att orka i skolan. Det har ju nästan varit mer fokus på det, än det här trevliga runtomkring. (Elevhälsan, Skola 3).

Det blev också tydligt under intervjuerna att skolmaten var ett ämne som engagerade både barn och vuxna i skolan. En rektor beskrev hur barnen i de yngre årskurserna frågade om skolmaten det första de gjorde när de kom till skolan. Det var viktigt för dem att veta vad som serverades, särskilt de elever som gick långa dagar i skolan och på fritidshemmet:

[V]i har barn här som kommer halv sju på morgonen, och en del går hem vid sex, halv sju. Så det är ju en väldigt stor del [av dagen]. Det är flera mål mat som serveras. Så huvuddelen av måltiderna serveras ju här och inte hemma. Så det är klart att det [att äta skolmat] blir väldigt viktigt. (Rektor, Skola 1)

Som rektorn påpekar så står skolmåltiderna generellt sett för en stor del av barns dagliga näringsintag. En del personal lyfte också fram att de kostnadsfria skolmåltiderna därmed bidrog till ett utjämnande av sociala orättvisor (se även Frödén & Pettersson, 2021). De förklarade att det fanns utsatta elever från svåra hemförhållanden som var mer eller mindre beroende av skollunchen för att kunna äta sig mätta under dagen:

“... en del [elever] äter ju mycket. Och ibland kan man ju tänka sig att det är den enda lagade måltiden de får om dagen. Det blir också väldigt tydligt. Så, jag menar, jag är ju glad över att vi har [gratis skolmat]. (Elevhälsan, Skola 3)

I inledningsintervjuerna fick alla elever svara på frågan *Varför är mat viktigt?* De yngsta eleverna hänvisade framför allt till att mat behövdes för deras överlevnad och fysiska utveckling. De menade att det var viktigt att äta mat “för att inte dö” och “man kanske blir jättehungrig och så kan man svälta” (Elev 1, Skola 1, åk 2) eller att för att “växa upp bra och orka hela dagen” (Elev 2, Skola 1, åk 2). Även om frågan handlade om mat generellt, så var den ställd i ett sammanhang där skolmåltiden diskuterades. Det bidrog till att särskilt de äldre eleverna oftast relaterade frågan specifikt till maten som

serverades i skolan och dess betydelse för deras välbefinnande och skolprestationer. Eleverna konstaterade att skolmaten bidrog till att de fick mer energi och kunde behålla ett gott humör och fokusera bättre. Många elever beskrev också på ett konkret sätt hur dåligt de mårde när de inte ätit skollunch och hur det generellt sett inverkade på deras skolsituation:

Alltså, man blir så här hungrig, kanske man blir sur, kanske gör dåliga saker. Och skapar kaos för andra (Elev 1, Skola 2, åk 4).

Om man inte äter mat, under skolan i alla fall, så blir du väldigt trött och det kan också få dig att må dåligt i magen. Och så tror du att du är sjuk eller något och så behöver du åka hem. För du tror att du inte mår bra (Elev 2, Skola 2, åk 4)

Det fanns också barn som påpekade att skolmaten behövdes för att de skulle orka vara fysiskt aktiva under skoldagen, då "det är viktigast på rasterna att man är pigg" (Elev, Skola 1, åk 2) och "om man är hungrig, blir det lite svårt [att springa]" (Elev, Skola 2, åk 4).

Frågan om varför det var viktigt att äta mat ställdes också till eleverna i slutintervjuerna. De gick vid detta tillfälle i årskurs 4 respektive 9. De förde inte mer utförliga resonemang kring detta än vid inledningsintervjuerna. Det framkommer inte heller några väsentliga skillnader när svaren jämförs, så förändringar i elevers uppfattningar om matens betydelse mer generellt kan inte påvisas.

Kopplingar mellan skolmaten och elevers skolprestationer

Det faktum att elevers skolprestationer kunde försämrats av att de inte åt tillräckligt av skolmat togs däremot spontant upp i ett stort antal intervjuer, främst av elever i åk 4 och 7. De förklarade exempelvis att mat gör så att "hjärnan fungerar bättre" och att "man kan bli trött och inte tänka lika bra om man inte äter" (Elev 1 och 2, Skola 2, åk 4). Det innebär att de lärde sig bättre och kunde fokusera på undervisningen, annars fanns risken att "allt blir lite mer tråkigt" (Elev, Skola 1, åk 2). I de två följande intervjuerna beskriver eleverna vikten av att äta skolmat för att kunna koncentrera sig på lektionerna, men även hur det inverkade på det sociala samspelet i klassrummet:

Vi säger att man får god mat, och så äter man det. Det är bättre för du är mer fokuserad på lektionerna. Och du gör mer på lektionerna. Du är mer aktiv på lektionerna. Så det är ju väldigt viktigt att äta mat i skolan tycker jag (Elev 1, Skola 2, åk 4)

Om jag inte får i mig mat när jag är hungrig. alltså då kan jag typ börja slåss och bara... Vill inte. Typ bli galen. Alltså jag kan börja bråka för minsta lilla grej. [...] Jag skriker och blir helt galen och så kan jag inte koncentrera mig och jag jobbar ingenting på lektionerna och så. Jag börjar att bråka väldigt mycket (Elev 2, Skola 2, åk 4).

I intervjuerna med skolpersonalen så underströk även pedagogerna vikten av att eleverna åt ordentligt med skolmat för att orka med skoldagen. En del försökte diskutera detta med eleverna på olika sätt, både under måltiden och i undervisningen. En idrottslärare gav exempel på hur det går att lyfta ämnet under idrottslektioner så att eleverna själva upptäcker matens inverkan på deras fysiska prestation:

När vi har konditionspass, då märker de själva oftast när de inte har ätit ordentligt - eller om de har ätit för mycket och knappt kan röra på sig. Det är ju både och där, men just när de hade konditionstema så fick de skriva en text om det också, då kommer det fram väldigt

s snabbt: "Nej, åt ingen frukost och då gick det inte bra". Eller att "Nu när vi kört kondition så blir jag hungrigare och äter mer" och så vidare... att de själva märker skillnaden (Pedagog, Skola 3).

De lärare som arbetade i en särskild undervisningsgrupp och dagligen undervisade och åt tillsammans med ett fåtal elever hade lättare än andra pedagoger att peka ut skolmaten som en enskild faktor, som ett utdrag ur denna intervju med pedagoger i Skola 2 visar:

Pedagog 1: Vissa elever är ju väldigt lättpåverkade, medan andra kanske är mer uthålliga med hunger och /eller prestationer, men självklart så finns det en del som inte alls fungerar om de inte har fått i sig [skolmat]. Eller man märker att när de börjar bli hungriga så slutar de fungera helt.

Intervjuare: Hur yttrar det sig då, till exempel?

Pedagog 1: Ja, vi har ju tidigare haft elever som inte kan förstå ett ord av det man säger när de börjar bli hungriga utan så fort...

Pedagog 2: Det kan bli våldsamt.

Pedagog 1: Eller dom, ja, blir arga precis, eller...

Pedagog 2: Nu har vi sådana som när de blir hungriga så blir det väl mer att de lägger av - som att de släcker lampan...

Pedagog 1: Ja, tröttnar liksom, lägger sig på marken och blir utslagna.

Samtidigt var det flera lärare som hade svårt att uttala sig om det just var ett minskat intag av mat som gjorde att elevernas skolprestationer blev sämre eller om det fanns andra faktorer som var lika betydelsefulla. Det går dock att tolka personalens olika uttalanden som att det fanns en generell föreställning om att elever som åt tillräckligt med näringsriktig bra skolmat presterade bättre på lektionerna. Detta antagande var dock svagt underbyggt, eftersom de flesta inte själva studerat relationen mellan skolprestationer och skolmåltiden mer noggrant för att kunna dra en sådan entydig slutsats. Som en rektor uttryckte det:

Jag menar, jag jobbar med skola, vi jobbar med måluppfyllelse. Och någonstans så vet man ju det att äter man bra så ska det förhoppningsvis också bidra till en högre måluppfyllelse (Rektor, Skola 1).

Större medvetenhet kring skolmatens påverkan på elevers skolprestationer

När personalen tillfrågades om samma sak i slutet av projektet, så var det fler pedagoger som själva observerat hur elevernas intag av skolmaten påverkade deras skolprestationer eller hade hört andra lärare nämna det. Vissa lärare konstaterade att det var rimligt att anta att skolmåltiden bidrog till en ökad eller försämrade måluppfyllelse, men att det var svårt att bevisa:

[D]et är väl klart att man tänker att man orkar mer om man är mätt. Så länge man har energi. Men det är inte så att jag kan säga att jag har bevisen för det. (Pedagog, slutintervju, Skola 2)

En pedagog på Skola 3 som undervisade elever i årskurs 7-9 svarade att det "absolut" fanns en koppling, "framför allt kan man se om de har ätit eller inte ätit, för det är många

som kan klaga på huvudvärk i slutet på dagen”. En annan lärare på samma skola var lite mer försiktig i sina uttalanden:

Till stor del har det blivit bättre studieresultat, men alltså det beror på vilka ämnen. [...]Alltså överlag så på den här skolan är de ju duktiga. Men de som är svaga är ju fortfarande lite svagare eller lika svaga, men kanske är det lite märkbart att de faktiskt får energi i sig. Så klart. Men sen så har vi ju de som inte äter i alla fall... (Pedagog, slutintervju, Skola 3)

Pedagogerna på Skola 1 kunde ibland uttrycka sig i mer drastiska termer om vad som hände när de yngre barnen inte äter, som i detta fall:

Pedagog 1, slutintervju: [När eleven inte ätit skolmat] då kan hela dagen krascha.

Pedagog 2, slutintervju: Ja precis, så vi förstår ju att det är väldigt viktigt. Sen kan jag ju inte säga att de presterar bättre på proven, men förmodligen - det hänger ju ihop.

Pedagog 1, slutintervju: Alltså, jag tänker så här: Om du orkar delta i undervisningen en hel skoldag - då får du ju med dig mer, än de där dagarna när maten inte har funkad och man fortfarande är hungrig. Då är det ingenting som funkar. Då kraschar man totalt. Så det klart att det gör [skillnad] även vi inte ser.... även om vi tänker att ”nu lägger vi ett prov direkt efter lunch för då är de ju pigga och glada”. Men vi ser ju också att de kan ta till sig det som vi undervisar om när de är pigga och glada och har ätit.

Sammanfattningsvis pekar ändå uttalandena i slutintervjuerna mot att det nu fanns en större medvetenhet hos personalen om att elevers intag av skolmat var en av flera viktiga faktorer som påverkar hur väl de presterar i skolan och även deras välmående generellt sett. Skolmåltiden ges därmed en större betydelse än tidigare.

Stressfylld miljö och tidsbrist leder till minskat matintag och hunger

Alltför långa skoldagar gjorde att eleverna upplevde att de behövde fylla på med mer mat efterhand, särskilt om de inte fått i sig tillräckligt under skollunchen. För de yngre eleverna blev mellanmålet på fritidshemsverksamheten därför en viktig måltid. En del av de äldre eleverna löste det hela genom att ta med egen mat eller som i detta fall, lagra knäckebröd som tas från matsalen:

“...jag brukar ofta ta fyra, fem knäckebröd när jag äter [skollunch] och lägger dem i mitt skåp. Så har jag för typ långa dagar. För jag kommer inte orka med dagarna. Jag kommer bli jättesur, för när jag är hungrig - man vill inte ens prata med mig då. [...] Jag bråkar med typ alla, när jag är jättehungrig (Elev, Skola 3, åk 7).

Några elever föreslog att skolan skulle servera ett mellanmål av något slag även för de äldre eleverna som en konkret åtgärd för att stävja deras hungerkänslor på eftermiddagarna. Ett annat problem, som elever i både årskurs 4 och 7 beskrev, var att de inte hann äta upp maten som serverades, eftersom lunchrasten helt enkelt var för kort. Det tog lång tid att först stå i kö, ta mat, hitta en plats, äta upp och sedan stå i kö för att lämna disken innan de gick ut från matsalen. Eleverna upplevde därför att de sällan hade tid ta en omgång mat till om det behövdes. Dessutom hade de svårt att hinna äta upp den mat de tagit, vilket ledde till att den i slutändan fick slängas. Majoriteten av personalen berättade i likhet med eleverna detaljerat om skolans logistiska problem som resulterade i att eleverna åt mindre skolmat. Som i följande intervju med en lärare i Skola 3:

Intervjuare: Tror du... upplever du att eleverna äter skolmaten ordentligt? Att de äter så att de blir mätta?

Pedagog: Ibland är det ju väldigt stressigt - vi sitter och hetsäter tillsammans för att hinna med. [...] Och jag vet att de har stått i kö jättelänge. Så vi äter på tio minuter max, många gånger. Alltså, det är schemalagt alldeles för dåligt, så att man får ont i magen för att man slänger i sig maten. Det är jättesynd.

Intervjuare: Och då hinner man inte ta om, om man skulle vilja ha lite till [mat]?

Pedagog: Nej precis, det hinner de inte alltid. Skolan är ju byggd för många färre elever än vad som faktiskt går här nu, på grund av ekonomi så har de tryckt in... Politikerna har sagt det ska vara 28 i varje klass, vilket gör att det är så många elever på liten yta [...]. Det är en flaskhals. Alla ska äta i matsalen. Så att det blir att man knökat ihop schemat på alla möjliga sätt och [...] det blir tajta tider mellan idrott och mat, till exempel. Det är inte optimalt. Man skulle behöva bygga en till matsalsbarack eller någonting.

Som tidigare nämnts i rapporten så fanns det liknande logistikproblem i Skola 2. Den skolan hade ett stort antal elever som under en kort tidsperiod skulle hinna äta skollunch i en underdimensionerad lokal. I slutintervjuerna så beskriver personalen att den största vinsten med schemalagd skollunch var att de fick längre ”bordstid” och att eleverna inte stressade ut på rast utan satt kvar längre i matsalen. Det ledde i sin tur till att elever som tidigare matvägrat i skolan började äta mer. Två av pedagogerna i slutintervjun berättar om en grupp elever i klass 6 där ett starkt grupptryck gjorde att de inte åt skolmaten:

Pedagog 1, slutintervju: Man dikterade villkoren, man skulle inte äta. Och det spred sig. Det var ett gäng där som inte skulle äta, och då kunde inte de som ville äta, äta heller... [...]

Pedagog 2, slutintervju: ...sexorna förra året var helt annorlunda. Och då var det som du säger att, tjejerna... det var någon tjej som var populärast som inte skulle äta. Ingen, på alla sexorna... nästan inga tjejer åt och då skapades det problem. Och sen så blev det matprojekt. Och sen började hon att äta och då började de andra att äta, men [ohörbart] för att hon hade tråkigt. [...] Hon bara tog en macka och sen började alla andra äta.

Förutom den korta lunchrasten så vittnade personal och elever i Skola 2 och 3 om att de åt i en stökig och högljudd miljö, vilket påverkade deras matro och därmed också mängden skolmat som de åt. En del av personalen valde därför att äta sin lunch i personalrummet i stället för matsalen. För eleverna, som inte hade den möjligheten, kunde det sluta med att de gick ifrån skolrestaurangen utan att känna sig mätta - som elever i årskurs 4 i Skola 2 berättar i följande utdrag från en inledningsintervju:

Intervjuare: Brukar ni vara hungriga när ni går ner och äter?

Elev 1: Ja, jag är alltid jättehungrig.

Elev 2: Och sen så brukar vi vara ganska hungriga när vi kommer därifrån.

Intervjuare: Så ni brukar inte hinna äta upp - äta så att ni blir mätta?

Elev 1, 2 och 3 (samtidigt): Nej.

I början av projektet tillfrågades eleverna också mer specifikt *när* under skoldagen som de var hungriga. Det framgick av deras svar att 35% av eleverna var hungriga precis innan skollunchen, vilket tyder på att den serverades vid rätt tidpunkt. De elever som uppgav att de var hungriga *ibland* (9%) eller *nästan aldrig* (6%) under skoldagen, förklarade att deras hungerkänslor berodde på att de inte ätit tillräckligt med frukost eller skollunch. De beskrev också hur de ibland tog med sig egen mat till skolan som kompenserade för dessa uteblivna måltider, trots att det egentligen inte var tillåtet.

Slutligen svarade hela 34% av eleverna att de *ofta* var hungriga under *hela* eller *stora delar av* skoldagen, vilket är anmärkningsvärt. Det fanns en skillnad när det gäller ålder och upplevelser av hunger. De yngsta eleverna var generellt sett mer nöjda med skolmaten, åt sig oftare mätta och var därför mestadels enbart hungriga precis före måltiden. Det var med andra ord främst de äldre eleverna som inte fick i sig tillräckligt med skolmat för att känna sig mätta under skoldagen.

Det gjordes en elevenkät i slutet av projektet för att undersöka om situationen ändrat sig. Eleverna i Skola 1 och 3 fick svara på i vilken utsträckning de var hungriga precis innan och strax efter lunch samt på slutet av dagen. Det visade sig att en 67% var *alltid* eller *ofta* hungriga precis innan lunch. Strax efter lunchen var 13% respektive 10% av eleverna *alltid* eller *ibland* hungriga, vilket tyder på att de inte ätit tillräckligt av skolmaten eller att den inte ger en mättnadskänsla. På slutet av dagen var 13% av eleverna fortfarande hungriga och så var det *alltid* för dem. Dessutom var mer än hälften (54%) av eleverna *ofta* eller *ibland* hungriga *i slutet* av skoldagen. Det sistnämnda förstärker rimligheten i elevernas egna förslag om att införa mellanmål även för de äldre eleverna.

Eftersom alternativen i enkäten skiljer sig från den kodning som tidigare gjorts och inga uppföljande intervjuer har genomförts för att undersöka orsaken till elevernas hungerkänslor, så är det svårt att dra en slutsats kring om det skett väsentliga förändringar. Det som kan konstateras är att det fortfarande finns elever som i princip alltid går hungriga under hela skoldagen, trots att de serveras skolmat - även om de procentuellt är få.

Uppfattningar om skolmatens kvalitet och status

Det är oklart exakt hur stor andel av alla elever i de deltagande skolorna som åt väldigt lite eller inget alls av skolmaten och av vilka anledningar de valde bort skolmaten. I Skola 1, som var nystartad i projektets början, hade personalen ännu inte hunnit följa upp och utvärdera elevernas matvanor i skolan vid inledningsintervjuerna på samma utsträckning som de andra två skolorna. Både eleverna i årskurs 2 och skolpersonalen var generellt sett mer nöjda med skolmaten och det stämde också överens med måltidspersonalens uppfattningar och upplevelser kring måltidssituationen. Flera lärare jämförde med tidigare skolor som de arbetat på och menade att maten höll en bra kvalitet, var vällagad och smakade gott. Majoriteten av eleverna uppgav också att de tyckte om skolmaten.

Till skillnad från denna skola uppgav både elever och skolpersonal i Skola 2 och 3 att de på olika sätt var missnöjda med skolmaten. De kände också till några elever i varje klass, som även om de deltog i skolmåltiden, inte åt tillräckligt med mat. I en intervju med elever i årskurs 7 i Skola 3 uppgav de att det är "massor" med elever som inte äter skolmaten alls, utan i stället "tar något knäckebröd" eller "drar till pizzerian". När de får frågan om vad de tror att det beror på att dessa elever inte äter skolmaten, så svarar de följande:

Elev 1: De tycker väl att det är... äcklig mat. Fast det är ju inte det.

Elev 2: Jag har kompisar som inte äter, och då tjuvar jag på dem att de ska äta. Fast de lyssnar inte.

Elev 1: "Åh det är äckligt! Det är skitmat i skolan - ojoj, usch och äckligt, usch, usch, usch".

Elev 2: [De] bara äter hemma, men de blir... man blir ändå hungrig under dagen.

Elev 1: Jätteunderskattat, det är det.

Dessa elever menar att det inte handlar om hur skolmaten faktiskt smakar, utan att det är dess låga status som främst bidrar till att deras klasskamrater inte äter den. I andra intervjuer framkom det också att de elever som sällan åt skolmaten redan på förhand bestämt sig för att den smakade illa utan att först ha provat den. Med andra ord är det inte bara individuella matpreferenser som gör att menyn inte passar dessa elever. I stället fanns det en utbredd föreställning om skollunchen som en måltid som är osmaklig och av dålig kvalitet.

En del lärare i Skola 3 hävdade dock att skolmatens kvalitet hade sjunkit generellt sett den senaste tiden och att det var en anledning till att eleverna inte åt tillräckligt. De uppfattade det som att kommunledningen inte var villiga satsa på att utveckla och förbättra skolmaten. Även eleverna var av samma uppfattning, berättade en lärare:

Alltså det känns som att skolmaten har noll prioritering. Jag får ju höra det utav elever hela tiden, att... Vi har faktiskt skrivit resonerande texter om skolmat i åttan. Och då skrev några att det är väldigt viktigt med att ha bra mat i skolan för att vi ska orka med skoldagen. Och de skrev att "Det gör vi inte just nu", för att den är så dålig. (Pedagog, Skola 2)

En annan lärare menade att även om de åt tillräckligt av skolmaten så gav den inte en mättnadskänsla som räckte över hela skoldagen:

Själv upplever jag att det ändå är bra mat. Men det är lite överkokt mat. Så att näringen är inte riktigt där. Även om jag äter mycket så känner jag att jag inte blir mätt på det efter ett par timmar. Mättnadskänslan från så mycket mat som jag ätit tycker jag borde vara längre. [...] [Skolmaten] kommer ju från centralköket och det ska värmas upp hit och dit - då försvinner lite näring. Så jag tycker inte det är så näringsrik mat. Så det kan ju göra att [...] de blir hungriga. [Pedagog, Skola 3]

Samtidigt fanns det elever och personal som var förvånade över att den kostnadsfria skolmaten inte var mer uppskattad och hade så låg status. Dessa personer hade ofta gått i skolor utomlands där det inte serverades statligt subventionerad lunch. De lovordade den svenska modellen och konstaterade att det är "helt sjukt lyxigt att man får mat i skolan" (Pedagog 2, Skola 2). Vidare menade de att det var problematiskt att skolluncherna togs för givet, i stället för att både vuxna och barn visade mer tacksamhet. En liknande uppfattning, som främst uttrycktes av elever, handlade om att det inte gick att förvänta sig mer av skolmåltiderna - inte minst med tanke på hur lite de fick kosta. Det bekräftades också av måltidspersonal som beskrev det som att de fick "trolla med knäna" för att få det att gå ihop ekonomiskt.

I slutintervjuerna så uttryckte flertalet elever i årskurs 9 på Skola 3 att kvalitén på skolmaten nu höjts och att den blivit godare. Ingen elev sa uttryckligen att den blivit sämre. I flera olika intervjuer betonade eleverna att det blivit mer variation och att det serverades fler nya rätter, varav flertalet av dem var vegetariska.

Maten har blivit bättre. [...] Innan var det så att jag inte åt alls, aldrig på skolan. För jag tyckte det var ofräscht. Jag kände att jag tappade aptiten. Men det har blivit bättre [...] Det är bättre

upplägg och sådant. [...] Nu har det blivit mer varierat (Elev 1, slutintervju, Skola 3, årskurs 9)

Elev 2, slutintervju: Ja, jag skulle nog mer säga att det också finns mer alternativ nu, än vad det fanns annars - med både vegetariskt och lite annat. Men annars vet jag inte om det är så mycket som har ändrats.

Intervjuare: Håller du med om det [...]?

Elev 3, slutintervju: Ja, jag skulle också vilja säga att kvalitén på skolmaten har blivit mycket bättre tycker jag i alla fall. [...] Det smakar bättre och till exempel blir pastan inte lika sönderkokt och ja, lite sånt.

Personalen hade dock fortfarande delade meningar om skolmaten efter att projektet avslutats. En del lärare tyckte att det serverades "jättebra", god och varierad mat, medan andra var missnöjda med kvalitén eller ville inte klaga på skollunchen då de samtidigt påpekade att det oftast fanns goda alternativ till huvudrätterna:

Ja jag tycker att skolmaten är bra. Den håller inte kvaliteten så jag vill betala 50 kronor som jag får göra som lärare när jag inte äter med ungarna, men ibland är det ju riktigt bra. Så när barnen klagat tycker jag det är orättvist. Och vi som har salladsbord, alltså de kan ju ta sig bra grejer att äta (Pedagog, slutintervju, Skola 3)

En av rektorerna på samma skola var däremot mycket kritisk till skolmaten och uttryckte sig på följande sätt:

Jag tycker den var ganska förfärlig för det mesta tyvärr, måste jag säga. [...] Alltså, det finns ju en del rätter som man tillagar på bra råvaror eller där råvarorna inte har misshandlats sönder, men i många fall är det ju så. Lite smaklöst och så, men jag kommer också från en tidigare kontext där man satsade väldigt mycket på maten och det var riktiga kockar som lagade maten på plats - så det är ju klart att det blir en skillnad när det kommer hit från ett centralkök. Men man skulle kunna göra det bättre med små medel fortfarande, här på plats i skolan - på många sätt tänker jag. Men jag äter maten ändå och det är absolut ingenting som jag signalerar till eleverna, att jag inte tycker att det smakar så gott alltid. Men det är helt okej. (Rektor, slutintervju, Skola 3).

När citaten från de olika grupperna jämförs, så blir det tydligt att tidigare erfarenheter och olika höga förväntningar också styr hur skolmaten uppfattas. Rektorns uttalande speglar också det faktum att skolledningen generellt sett har små möjligheter att påverka utbudet och kvalitén på skolmaten, eftersom det är en annan förvaltning som sköter det. I detta fall kom skolmaten dessutom ofta färdiglagad från ett centralkök, vilket minskar möjligheterna att förbättra maten även för måltidspersonalen på plats.

Personalens skiftande engagemang kring skolmåltidens hälsomässiga aspekter

Att skolmaten kunde förbättras genom att kommunen tillförde mer medel, var både måltidspersonal och pedagoger överens om. Den största utmaningen låg dock inte i att måltidspersonalen skulle tillaga godare och mer näringsriktig mat, utan att få barnen att våga smaka den - särskilt om det handlar om maträtter som de inte känner igen. En del av lärarna i inledningsintervjuerna var dock mycket tveksamma till att det ingick i deras professionella uppdrag att övertyga barn om att äta (tillräckligt av) den skolmat som serveras. En pedagog berättade följande om matsituationen med de elever som inte åt skolmaten ordentligt, vilket enligt honom var "några i varje klass":

Och då menar jag ju inte de som hoppar över maten en dag, utan de som varje dag sitter hela förmiddagen och säger: "Jag är hungrig, jag är hungrig, jag är hungrig". Och så kommer de till skolmatsalen och så sitter de utan någonting på tallriken. Och föräldrarna vill att... "Kan du se till att han äter?" Men hur ska jag..? Jag kan säga: "Kan du inte ta lite sallad? Kan du inte äta en macka? Ta någonting att dricka!" Men hur ska jag få en unge [att äta]? Och så säger man: "Vad har du ätit till frukost?". "Ingenting". Lägg inte det på mig då, att jag ska fixa så att han äter i skolmatsalen (Pedagog, Skola 2).

Denna pedagog ger uttryck för en stark frustration inför det han upplever som en ohållbar matsituation som han har svårt att påverka och där han menar att vårdnadshavare också behöver ta ett ansvar. Frågan om vems ansvar det var återkom i intervjuerna och det var framför allt skolornas elevhälsoteam och fritidspedagogerna som betraktade skolmåltidssituationen som en del av skolans hälsofrämjande uppdrag. Det framkom både i inlednings- och slutintervjuerna med dessa två grupper av personal, som var vana att på olika sätt arbeta med att förebygga ohälsa. Fritidspedagogerna definierade sig själva som "omsorgspersonal" som gärna diskuterade mat och ätande med barnen och försökte få dem att våga provsmaka maten under varje måltid:

...vi äter pedagogiskt, det är ju vårt jobb att försöka få dem att smaka. Du kan inte veta hur det smakar om du inte har smakat. För maten hemma smakar inte likadant som i skolan. Så är ju det (Pedagog, slutintervju, Skola 1).

Specialpedagoger och kuratorer beskrev hur de arbetade med detta genom att föra dialoger med lärare, skolsköterska och vårdnadshavare kring allt från matvägran och matneofobi (rädsla för ny mat) till anpassad kost och ätstörningsproblematik. De påpekade dock svårigheterna med att få till hållbara lösningar och ett gemensamt förhållningssätt kring detta i skolan, som i denna intervju:

Men det är väl också en sådan sak som vi kan känna att vi har svårt att påverka. Vi ser att en elev äter väldigt dåligt och så man ser att... ja, men någon som är trött och så håglös, "Jag har vart på honom flera gånger, han äter ju inte" så där. Att man är samsynkade kring det och att man sen lyfter med lärare, tycker jag också. Många lärare har bra koll, en del lärare tycker jag ser mellan fingrarna. "Men han äter ju inte mer än en majs", men jag tänker att: "Vad beror det på då?". Det kanske inte är tillräckligt att bara äta majs. (Elevhälsan, Skola 3)

Med andra ord så varierade skolpersonalens engagemang kring skolmåltidens hälsomässiga aspekter. Som citatet ovan visar så fanns det personal som inte alls uppmärksammade eller brydde sig om elevers matvägran. Sen fanns det andra pedagoger som arbetade mer systematiskt med att få barn att äta mer skolmat, ibland i samarbete med hemmet. Ett exempel var de som undervisade mindre grupper av elever med olika funktionsvarianter som hade uttalad problematik kring mat och ätande. Dessa barn serverades ofta *anpassad kost* (också kallad önskekost), som bestod av en individuell meny som tagits fram i samråd med måltidspersonal och vårdnadshavare. Ofta fungerade detta samarbete väl, men pedagogerna kunde ändå tycka att det till syvende och sist var hemmets ansvar att se till att barnen fick i sig varierad och näringsrik kost, vilket uttrycks av denna pedagog:

Jag tänker att det viktigaste för mig är att de äter. Så det här med stor variation [av maträtter] och sånt - det får ju hemmet stå för när de kommer hem [...] Det är klart att på det sättet som skolan ändå tillmötesgår elever [med anpassad kost] är ju helt enormt fantastiskt. Men funkar inte det, då får man väl bara se till att de äter någonting. [...] Man vill att de ska må bra, eller hålla sig friska. Vi har ju haft elever som har ätit bara köttbullar och makaroner varje dag i skolan och, ja, det är väl ingen toppen-måltid på något sätt (Pedagog, Skola 2)

Att ge anpassad kost till barn med olika slags matproblematik kunde med andra ord ses som en nödlösning som innebar att eleverna åtminstone fick i sig tillräckligt med näring så att de fick energi till skolarbetet. Det fanns även måltidspersonal som var kritiska till den anpassade kosten. Både för att det var tidskrävande att tillaga så många individuella rätter utöver all specialkost som gjordes, men framför allt för att de ansåg att det fanns barn som behövde utmanas i sina kostval. I Skola 1 serverades inte anpassad kost överhuvudtaget (se Frödén & Pettersson, 2021). Det kan således konstateras att anpassad kost inte nödvändigtvis ses som en bra strategi för att främja hälsosammare matvanor hos elever, även om det bidrar till att enskilda elever ökar sitt födointag.

I början av projektet framkommer det med andra ord att de skilda professionerna ser olika på vilken roll de har gällande skolmåltiden i relation till ett mer brett definierat uppdrag att förebygga ohälsa hos elever. Det fanns också enskilda lärare som betonade vikten av att ha en mer genomtänkt strategi för att få barn att äta mer skolmat. I slutintervjuerna tonar delvis en annan bild fram. Det var generellt sett fler lärare som såg det som sin uppgift att uppmärksamma barnens mat- och ätvanor i skolan och diskutera skolmaten medan de åt tillsammans i matsalen. Det kan bero på att de helt enkelt fick mer gemensam lunchtid genom den nya schemaläggningen av skollunchen eller att projektet helt enkelt fått upp skolmaten på agendan.

Elevinflytande, vuxenmat och önskerätter

Trots alla klagomål på skolmaten, så lovordade i princip all skolpersonal och även en del elever det stora och varierade utbudet av sallader som fanns på alla skolor. Det gällde även Skola 3 där flest personal var missnöjda med maten. Dessa sallader lagades på plats av måltidspersonalen och kompletterade de maträtter som i vissa fall kom färdiglagade från centralköket. Samtidigt upplevde lärarna att eleverna i stor utsträckning valde bort grönsaker och åt mer av annat. Enligt eleverna själva berodde det framför allt på att salladerna innehöll alltför mycket blandade ingredienser och smakkombinationer som de inte tyckte om. I stället föredrog många av dem att ha salladsbord där grönsakerna fanns i separata kärl så de själva kunde göra egna blandningar. Denna uppfattning fanns hos elever i alla tre skolor. Flertalet elever beskrev det som att skollunchen ofta bestod av "komplicerade" rätter med obekanta ingredienser och smaker, som de definierade som "vuxenmat". Mer än 90 % av alla elever ansåg också att skolmaten skiljde sig från den maten som de åt i hemmet (Se Frödén, 2021). En del pedagoger höll med om att maträtterna som serverades kunde ha "gjorts annorlunda för att tilltala rätt klientel" och att barn också "äter med ögat". På samma sätt menade de att barn behövde bli mer delaktiga kring utformningen av menyn för att skolmåltiden skulle kunna utgå från ett barnperspektiv, såsom denna lärare:

...man ser det som att "Det här skulle nog vuxna kunna uppskatta". Men man kan ju göra... alltså, piffa till maten, ta en annan typ av fisk kanske och så vidare. [...] Och kanske lyssna mer på eleverna. För jag ser ju aldrig några mat-enkäter. Det blir ju aldrig så att eleverna får ha inflytande i vilken typ av mat som serveras (Pedagog, Skola 3)

Det visade sig också att när elever fick frågan om vad de ville ändra när det gällde skolmåltiden, så svarade många att de gärna ville ändra menyn så den bestod av deras favoriträtter. Vanligtvis kan elever påverka skolmaten genom olika former av matråd. Ingen av de medverkande skolorna hade dock utarbetade och välfungerande rutiner för matråd när projektet startade. Det var inte heller något som utvecklades under projektets gång, men det togs andra initiativ för att öka elevernas delaktighet. Mat- och måltidsfrågor lyftes exempelvis på elevråden i stället och de tog upp olika frågor om

maten i klassen och förde dem vidare. På Skola 1 kunde elever från förskoleklass till år 4 också lägga förslag på "önskerätter" i en låda vid skolrestaurangen. Tanken var att dessa maträtter skulle komma in på matsedeln med jämna mellanrum. De fick in många förslag, men det var ofta var samma rätter som återkom. Det gjorde att de efter ett tag tog bort lådan, berättade måltidspersonalen:

Nu har vi tagit bort den [önskelådan] under den här terminen lite grann, för det var mycket samma förslag som kom in till slut. [...] Det var tacos och hamburgare och korv och med mos varenda gång vi tömde. Alltså, vi fick kanske 25 lappar om dagen. Så att nu är det lite paus på den, men den var ju väldigt, väldigt rolig att läsa också. [...] Det var ju en del som stack ut - det var lite guldkorn ibland [...] Så det har ju också varit en rolig grej att ha haft den och den kommer ju tillbaka igen. Den kommer vi sätta upp igen. Men det är bra ibland att pausa vissa saker. För då blir det roligt sen när man tar det tillbaka igen. (Måltidspersonal, slutintervju, Skola 1)

Att öka elevers inflytande över skolmåltiden är dock en komplex fråga och bör inte förenklas genom att utgå från att det enbart handlar om att eleverna ska bestämma matsedeln och att alla därmed kommer att äta mer skolmat. Pedagogerna argumenterade även för att skolmåltiden skulle ge barn nya smakupplevelser som ett sätt att vidga deras matpreferenser. För att kunna göra det behövs ett varierat utbud av maträtter. I följande resonemang lyfts de utmaningar som följer av att skolan inte bara serverar de mest populära rätterna:

Det är ju en balansgång där hela tiden. Och vi ska fostra dem att äta rätt och allsidigt, och det sker ofta på bekostnad av att de inte äter. Jag kan tycka att många av de favoritmaträtterna har nästan plockats bort, eller ges i mindre utsträckning. Alltså de klassiska som barn gillar. Den förändringen kan jag se, alltså det här med panpizza och det har vi ju aldrig längre. Pannkakor sällan. Och det är väl klart att det inte är det mest hälsosamma kanske, men... Frågan är om man ska göra det i mindre utsträckning än innan, eller om man ska behålla det? (Pedagog, Skola 3)

Det kan tolkas som ett medvetet val från skolans sida att servera rätter som barnen betraktar som "vuxenmat" för att på så sätt visa på hälsosamma alternativ och främja sunda matvanor. Samtidigt kan det medföra att barnen äter mindre av skolmaten, eftersom de ofta är mer tveksamma till att välja obekanta maträtter och har svårt för nya smaker.

Under hela projektet fortsatte skolorna att servera ett varierat utbud av maträtter och sallader och dessutom ökade antalet vegetariska huvudrätter. Trots det så varken ökade eller minskade intaget av skolmat till följd av detta. Majoriteten av eleverna i båda skolorna bekräftade i slutintervjuerna att de tog lika mycket skolmat som tidigare - det gällde både de yngre och äldre eleverna. Troligtvis beror det på att de elever som avstod från att äta någon av huvudrätterna kompenserade detta på samma sätt som tidigare - genom att äta knäckebröd eller ta mer av salladsbuffén. Det sistnämnda blev mer vanligt i slutet av projektet, då salladsbordet var särskilt populärt bland de eleverna Skola 1 som nu gick i årskurs 4:

Vi har väldigt bra salladsbord. Man kan välja bland 10 olika sallader. Så det finns mycket att välja på. Det är väldigt bra (Elev, slutintervju, Skola 1, årskurs 4).

Resultatet av intervjuerna visar att en stor del av eleverna åt mer grönsaker och vegetarisk skolmat, vilket beskrivs mer detaljerat i nästa avsnitt. Det tyder på att ett oförändrat intag av skolmaten, men att eleverna i flera fall delvis ändrade på sina matvanor under skollunchen.

Den vegetariska skolmaten

Förutom en stor salladsbuffé så serverade alla tre skolor minst en vegetarisk rätt varje skollunch, vilket är helt i linje med Livsmedelsverkets rekommendationer. I Skola 1 och 2 var den vegetariska maträtten till för alla elever. Det framkom dock i intervjuer med elever att de inte var helt säkra på huruvida det främst var vegetarianer som var berättigade till att äta den. I Skola 3 så krävdes det däremot att eleverna på förhand anmält att de önskade vegetarisk kost för att få ta av den vegetariska maträtten. Det innebär att det vegetariska alternativet kan betraktas både som en av två huvudrätter och som specialkost, vilket givetvis får betydelse för hur ofta eleverna valde vegetarisk skolmat.

Det fanns också pedagoger som själva åt vegetarisk skolmat. En del valde att tona ner deras val av kost och talade sällan om det, medan andra medvetet ville agera som förebilder och gärna diskuterade sunda och mer hållbara matvanor med eleverna. En av dessa pedagoger beskrev också hur hon gav särskilt stöd till elever som var vegetarianer:

Att visa att man ska, att det är bra för miljön att äta vegetariskt. Prata om... jamen, stödja de elever som är vegetarianer, det tycker jag är viktigt. Vissa är ju samvetsvegetarianer - man vill stötta dem och prata om dem med det och varför är ni det och... få de andra [eleverna] att få lite mer förståelse för det. [...] Jag säger att man ska ha massa grönsaker på tallriken. Minst hälften av tallriken gärna. (Pedagog, Skola 3)

Eftersom hon ofta åt med eleverna i skolrestaurangen så kunde hon noga observera deras val av mat och uttryckte sin besvikelse över att hennes uppmaningar om mer grönsaker inte hörsammades. Enligt läraren tog de “för lite grönsaker” och “väldigt mycket kött” eller “om det är pommes frites till, vilket det faktiskt kan vara ibland, så tar de massor utav det eller pasta [...] med massa ketchup på” (Pedagog, Skola 3). Vidare så valde eleverna sällan det vegetariska alternativet framför kött- och fiskrätter, om de inte själva definierade sig som vegetarianer eller veganer.

Inom ramen för projektet har elevernas uppfattningar om och upplevelser av den vegetariska skolmaten specifikt studerats. Denna delstudie bygger på material i form av inledningsintervjuer med elever från Skola 1 och 2 samt ytterligare en skola med liknande förutsättningar kring vegetarisk mat. Skola 3 valdes bort eftersom de inte serverade vegetarisk skolmat till alla elever i början av projektet. Resultatet redovisas i en separat artikel som publicerats i vetenskaplig tidskrift (Frödén, 2021). En av de slutsatser som dras i delstudien är att eleverna i stor utsträckning uppfattade den vegetariska rätten som “vuxenmat” precis som de blandade salladerna. Elever som inte var vegetarianer såg den vegetariska rätten som ett andrahandsalternativ och valde den enbart om den såg godare ut än den andra kött- och fiskbaserade maten. Att välja bort den vegetariska skolmaten var inte uttryck för motstånd eller fördomar mot vegetarism. Det handlade i stället om en ovana att äta vegetarisk kost då det inte fanns i hemmet och att de var tveksamma till att smaka nya maträtter, vilket gjorde att de hellre valde kött- och fiskbaserad mat med hög igenkänningsfaktor (Frödén, 2021).

Förändringar i utbudet kan ge förändrade matvanor

I slutintervjuerna fick eleverna också frågan om de tyckte att skolmaten och deras matval hade förändrats. I vissa fall så märktes det att eleverna inte visste hur långt tillbaka i tid de skulle gå i sin jämförelse. Intervjuaren kunde då förklara att de skulle tänka tillbaka

på hur det var förra gången de intervjuades. Majoriteten av eleverna i Skola 1 tyckte generellt sett om skolmaten och de flesta svarade spontant att den smakade likadant och att de åt lika stor mängd mat som tidigare - det gällde även de som inte var så förtjusta i maten. Samtidigt kunde de lite senare under intervjun ändra sig om någon annan elev påtalade att det serverades mer grönsaker nu jämfört med tidigare. Det samma hände när intervjuaren ställde mer specifika följdfrågor, då kunde eleverna dra sig till minnes att det nu serverades andra slags maträtter:

Intervjuare, slutintervju: Är det andra maträtter än innan?

Elev 1, slutintervju: Vi kanske inte äter lika mycket fisk som förut kanske.

Elev 2, slutintervju: Mm, det gör vi inte. För ett tag sedan åt vi ju fisk en gång i veckan på skolan, men det har vi slutat med tror jag, för det var ganska länge sedan vi åt fisk.

Intervjuare, slutintervju: Hmm. Är det mer vegetarisk mat nu?

Elev 2, slutintervju: Jag tycker det är nog mer vanlig mat kan man säga. Men grönsaker är det jättemycket, och det är ju bra. Sedan har vi ju också typ som regel att man inte får gå förbi grönsakerna, utan man måste ta någonting av grönsakerna.

Intervjuare, slutintervju: Vad tycker ni om det?

Elev 2, slutintervju: Ja, det är väl inget problem. Det är ju gott med grönsaker.

En anledning till att eleverna i Skola 1 inte uppfattade att det skett någon förändring av skolmaten under de år som projektet pågått kan vara att det alltid serverats relativt mycket växtbaserad mat, vilket gjorde att skillnaden inte blev så påtaglig. Salladsbuffén var populär hos eleverna från början och när den utökades blev den ännu mer attraktiv då det fanns mer grönsaker att välja mellan:

Ja, jag tar mer [grönsaker] nu. För nu finns det lite mer jag tycker om. (Elev, slutintervju, Skola 1, årskurs 4)

När det gällde förändrade matval så valde de flesta fortfarande den vegetariska rätten vid de tillfällen då de trodde den var godare än den andra huvudrätten, men i övrigt mer sällan. Enligt elevenkäten som gjordes i slutet av projektet så uppgav majoriteten av de elever som svarade på den att de sällan eller aldrig åt den vegetariska maträtten. Några elever berättade att de helt enkelt glömde bort att den fanns då uppläggnings- och placeringen av den bidrog till att den vegetariska skolmaten upplevdes som mer osynlig och otillgänglig, som denna elev:

Jag brukar inte äta den [vegetariska maträtten] så ofta för jag hittar den aldrig. Jag vet inte vart den är (Elev, slutintervju, Skola 1, årskurs 4).

Elevernas beskrivningar skiljer sig från personalens på flera sätt. Måltidspersonalen förklarade att den vegetariska rätten var centralt placerad. De berättade även att maträtten dessutom blev ordentligt introducerad av lärarna, vilket ökade barnens nyfikenhet och gjorde att de gick dit för att undersöka hur den närmare:

Den [vegetariska rätten] står i mitten kan man säga. Så i regel så är det ganska många som passerar den, så man lätt kan ta utav den. [...] Den står alltid med på menytavlan, överst för det mesta. Och så läser ju oftast fröken upp vad det är för mat när de kommer ner till matsalen. Antingen innan i klassrummet eller också när de kommer ner i matsalen. Då vet de vad den

vegetariska är och är man då lite nyfiken redan där, så går man också varvet förbi och tittar hur det ser också. Så jag upplever att de är ganska många är nyfikna på den vegetariska. Det beror på vad det är och det beror på vad den andra rätten är (Måltidspersonal, slutintervju, Skola 1).

Orsaken till att dessa motstridiga uttalanden kan vara att intervjuerna gjordes med ganska stort mellanrum, så eleverna intervjuades en tid efter att den huvudansvarige köksmästaren slutat. I och med att en ny köksmästare tillträdde så skedde förmodligen en del av förändringar som eleverna sedan hänvisade till. Även covid 19-pandemin bidrog till att skolmåltiden utformades annorlunda. Oavsett visar uttalandena att placeringen av maträtterna i skolrestaurangen är av stor vikt.

Under projektet ändrade Skola 3 så att alla elever kunde välja den vegetariska rätten utan anmäla det innan. I slutintervjuerna framgick det dock att många elever kände sig osäkra på om de fick lov att ta av den vegetariska alternativet eller inte. En förklaring till förvirringen kan vara att måltidspersonalen hade svårt att uppskatta hur mycket av respektive maträtt som skulle gå åt och försökte se till att det fanns kvar vegetarisk mat till de personer som uttryckligen var vegetarianer. Pedagogerna bekräftade också att en del vegetariska rätter, såsom vegetariska biffar, var så populära att de "tar slut jättefort så vi har fått begränsa för att ge alla möjlighet att smaka" (Pedagog, slutintervju, skola 3). En del elever valde därför ofta bort den vegetariska skolmaten fast de tyckte den var god, som i detta exempel:

Intervjuare, slutintervju: Den här vegetariska maten, vad säger ni om den? Äter ni den vegetariska rätten ofta, eller hur ser det ut? Vad väljer ni?

Elev 1, slutintervju: Jag vet inte, det känns som att det inte är lika mycket av den maten. Så jag brukar ta av den vanliga, så att det räcker till de som inte äter kött och så.

Intervjuare, slutintervju: Nej. Den är mest till för de som är vegetarianer?

Elev 1, slutintervju: Ja, det känns så.

Intervjuare, slutintervju: Hur är det för dig, [Elev 2], vad gör du? Äter du den maten ofta, eller?

Elev 2, slutintervju: Nej, men jag känner lite samma sak, så att det räcker till de som är [vegetarianer]. [...]

Intervjuare, slutintervju: Mm. Vad tycker ni om den? Gillar ni den [vegetariska] maten?

Elev 1, slutintervju: Ja, jag tycker den är god.

Senare i intervjun berättar Elev 2 att hon trots sina farhågor tar av den vegetariska maten ibland, i de fall då den verkade godare än den andra rätten. Det var en vanligt förekommande inställning. Många av eleverna var neutralt eller positivt inställda till den vegetariska maten då de, precis som de yngre eleverna i Skola 1, tyckte att det var smaken som var avgörande för deras matval. Andra elever konstaterade att de vant sig vid att äta mer varierad kost nu, eftersom skolan oftare serverade två vegetariska huvudrätterna.

Intervjuare, slutintervju: ...om du tycker att du tar mer av till exempel grönsaker eller några andra typer av, provar nya rätter eller så?

Elev, slutintervju: Men det tycker jag nog ändå att man har gjort på vissa sätt. Alltså man har väl ätit mer varierat. Det har väl blivit att man har ätit en mer varierad måltid på senare tid. Absolut.

Intervjuare, slutintervju: Skulle du säga att du tar mer av den vegetariska maten också?

Elev, slutintervju: När det erbjuds så ser jag inga anledningar till varför jag inte skulle vilja ha det. För det har oftast varit bra grejer.

I elevenkäten uppger majoriteten av eleverna på Skola 3 att de alltid, ofta eller ibland väljer att äta eller smaka på den vegetariska rätten. Även om en elev konstaterade att "man inte har så där jättemycket val" när måltiden ibland bestod av två vegetariska huvudrätter, så fanns det för övrigt väldigt få kritiska röster när det gällde denna förändring av menyn. I stället fanns det elever som uppfattade det som att måltidspersonalen la ner extra mycket tid och energi på att göra den vegetariska skolmaten god jämför med den andra maten, vilket uppskattades - eller som en elev uttryckte det:

Ja, [skolmaten] är ju bra om man jämför med andra länder i världen som kanske inte ens har det. Men jag får en känsla av att de prioriterar och lägger mer krut på de vegetariska måltiderna, än de vanliga. [...] Det känns som att de gör lite godare såser och tänker lite mer var smaker sitter och passar ihop. När de kör den här fiskgratängen känns det som de bara häver ihop lite såser och skickar ut, typ. (Elev, slutintervju, skola 3).

Vikten av provsmakning och lärande om mat

Enligt personalen på alla tre skolorna så var också den största skillnaden när det gäller elevers förhållningssätt till skolmaten och förändring av matval att allt fler vågade smaka på grönsaker och vegetariska rätter som de inte kände igen, vilket ledde till ett ökat intag. I Skola 1 och 3 hade de introducerat så kallade smakskeidar för att uppmuntra barnen att provsmaka maten innan de tar den, vilket gett väldigt gott resultat på båda skolorna. Tyvärr hade de fått sluta med detta under covid 19-pandemin på grund av nya rutiner kring hygien. Samma sak gällde den populära salladsbuffén. Att den var efterfrågad märktes tydligt när även den helt togs bort under vissa delar av pandemin och byttes ut mot lagade grönsaker, berättade måltidspersonalen:

Det blev ju väldigt konstigt allting när det [salladsutbudet] försvann. Dels så skulle vi helt plötsligt få barn att äta varma grönsaker, vilket barn knappt aldrig gör nu för tiden. Det var väldigt tydligt. Och samtidigt så var det en positiv grej, för man såg också, efter ett antal veckor, att barnen frågade: "Gud vad vi saknat salladsbuffén. När kommer den?". Så det har varit väldigt roligt att köra igång den igen (Måltidspersonal, slutintervju, Skola 1).

Det är också värt att notera att salladsbuffén på Skola 1 ofta bestod av skålar med separata grönsaker och därmed inte "så mycket ihopblandat" - det som elever i andra skolor kritiserade i inledningsintervjuerna och kallade "vuxenmat". Det uppskattades av många elever och pedagoger som upplevde att de våga prova mer och hitta sina favoriter bland grönsakerna, eller som en ur personalen uttryckt det:

Jag tycker att vi har fantastisk mat här och just att det erbjuds ett vegetariskt alternativ så att de elever som inte tycker om själva maten [kan äta den]. Det är väldigt många som ges möjlighet till att prova det vegetariska och de vågar prova också. Och just det här med salladsbuffén också - att det finns så otroligt mycket olika sallader och grönsaker, både i salladen men också enskilt, för att man ska få... ja, hitta någonting som faktiskt jag tycker om (Elevhälsan, slutintervju, Skola 1).

I denna skola arbetade också måltidspersonalen mycket aktivt med att ge eleverna kunskap om skolmaten, vilket nämns tidigare i rapporten. Exempelvis introducerade de "veckans grönsak" för eleverna och använde sig av bordsryttare med information om skolmåltiden för att öka elevers intresse för och kunskap om mat. De byggde även upp olika stationer i matsalen där barnen fick uppleva mat med alla sina sinnen - som att knapra morötter med hörselkåpor på. Med andra ord så strävade de efter att öka barnens nyfikenhet på okända rätter och ingredienser samt ge förutsättningar för att kunna skapa en bättre relation till maten som serverades.

6. Sammanfattande diskussion

Resultatet visar att matsituationen upplevs som lugnare om skollunchen schemaläggs så att eleverna äter under en särskilt avsatt tid tillsammans med personalen, i stället för att skolmåltiden ingår i lunchrasten. Framför allt personalen beskrev att de upplevde en skillnad mellan hur det hade varit i skolrestaurangen tidigare eller jämfört med erfarenheter de hade från andra skolor. Det bör dock påpekas att det fanns röster som menade att den fysiska utformningen av skolmatsalen behövde förbättras ytterligare för att exempelvis få ner ljudnivån. Bland eleverna var svaren inte lika entydiga och samstämmiga. En del menade att det var ungefär likadant som tidigare, medan andra ansåg att det blivit lugnare. Att lärare åt skollunch med sina elever uppfattades generellt som positivt, även om åsikterna framför gick isär huruvida det gjorde någon skillnad när det gällde ljudnivån eller den allmänna miljön i skolrestaurangen. Dessa elever uppskattade ofta möjligheten att prata med lärarna utanför klassrummet, gärna om annat än själva undervisningen. De yngre eleverna påtalade att de fem tysta minuterna under måltiden bidrog till ett lugn och en bättre stämning. Det framkom också att det inte spelade så stor roll om den gemensamma lunchen efterföljdes av lektion eller rast. Detta pekar på att en av de viktigaste delarna i schemalaggningsen är att själva 'bordstiden' blir längre, vilket också personalen betonade. Elever, från båda skolorna där slutintervjuer kunde genomföras, lyfte också fram att de uppskattade att sitta klassvis på fasta platser i matsalen. Samtidigt påpekade några elever i årskurs 9 att det också minskade möjligheterna att lära känna eleverna i de andra klasserna. Att ha fasta platser ger med andra ord trygghet och ro, men för att åstadkomma en bättre skolgemenskap kan dessa platser behöva rotera med jämna mellanrum och medvetet inkludera elever från olika klasser och årskurser.

Arbetet med att schemalägga lunchen medförde i varierande omfattning organisatoriska svårigheter, såsom att både erbjuda lärarna sina lagstadgade raster och ge eleverna de raster som de behövde under skoldagen. Hur stora dessa problem blir beror till stor del på hur stort antalet elever och personal är i förhållande till skolmatsalens storlek och läge. För få till en framgångsrik schemalaggningsen där allas behov är tillfredsställda, så krävs det med andra ord rätt förutsättningar - där fysiska miljön är en viktig del som tyvärr ofta förbises. Det är en svår utmaning att få en stor mängd elever att äta lunch i samma lokal under en kort tidsperiod tillsammans med tillräckligt många pedagoger, utan att måltiden uppfattas som stressfylld, högljudd och rörig. Denna problematik leder också till att fler elever äter för lite skolmat eller inte alls deltar i skolmåltiden. Att se över lokalernas användning och utformning för att förbättra möjligheterna till att få en lugnare matsituation är en viktig lärdom att dra från projektet. Det kan vara nödvändigt att gå ifrån tanken om att enbart ha en stor matsal där alla ska trängas. Under covid-19-pandemin användes exempelvis klassrum som matsalar för att minska grupperna som åt gemensam skollunch och dessa erfarenheter kan skolorna ta med sig in i framtida utvecklingsarbeten kring skolmåltiden. Det är rimligt att anta att skolmatens låga status höjs om lokalerna som den serveras i är välskötta, estetiskt tilltalande och fungerar väl för ändamålet samt att atmosfären upplevs som lugn, trygg och inbjudande. Huruvida en förbättrad matsalsmiljö generellt sett inverkar på smakupplevelsen och bidrar till att förändra bilden av skollunchen som dålig, oaptitlig och näringsfattig har inte undersökts i detta projekt, utan är ett område för kommande forskning att studera.

En av slutsatserna som kan dras från projektet är att tidigare erfarenheter och olika högt ställda förväntningar på skolmaten styr uppfattningar om dess kvalité och smak. Det

blev särskilt tydligt på Skola 3 där många av eleverna upplevde en förbättring av skolmaten både smak- och kvalitetsmässigt, medan pedagogerna och skolledningen var alltifrån mycket nöjda till väldigt kritiska. Det är viktigt att lyfta fram att möjligheterna till att påverka skolmatens kvalitet och dess utbud är små för skolan. Ansvaret för skolmåltiderna ligger oftast hos kommunens kostchef, vilket gör att inte heller måltidspersonalen på plats kan agera självständigt i val av råvaror eller maträtter. Det berör särskilt skolor med mottagningskök, såsom Skola 3 och är en problematik som inte kunde lösas inom ramen för projektet.

Att schemalägga skollunchen kräver även ett samarbete mellan pedagogisk personal och måltidspersonal. Projektet *Väl godkänt för skolmåltiden* hade en tydlig gemensam uppstart, vilket bidrog till tätare kontakter mellan dessa två yrkesgrupper. Arbetet med att tillsammans utveckla pedagogiska aktiviteter i samband med och under lunchen tog några trevande steg på alla tre skolorna. Framför allt måltidspersonalen uttryckte dock vid ett flertal tillfällen att samarbetet försvårades av att pedagogisk personal och måltidspersonal inte tillhörde samma förvaltning. Det innebär att de inte hade gemensamma möten eller andra slags kontaktytor som hade underlättat deras kommunikation och ömsesidiga relationsbyggande.

Schemalagd skollunch, tillsammans med ett mer medvetet arbete kring den pedagogiska måltiden som personalen tidigare arbetat med på skolorna, gav fler tillfällen till samverkan mellan skolans pedagogiska personal och måltidspersonalen. Eftersom det inte fanns några uttalade instruktioner eller riktlinjer kring vad det innebär att som personal delta i och ansvara för en pedagogisk måltid, så hade pedagogerna olika föreställningar om vad som förväntades av dem. Det handlade exempelvis om att ha ansvar för tillsyn, agera som förebild i social fostran och att skapa goda relationer med eleverna. Elevhälsan och fritidspedagogerna var de yrkesgrupper som mer specifikt betraktade skolmåltiden som en del av skolans hälsofrämjande uppdrag.

I slutet av projektet fanns dock en större medvetenhet kring skolmatens betydelse för elevers hälsa och välmående även bland lärarna. Det innebar exempelvis att de blev bättre på att uppmärksamma de elever som inte åt tillräckligt med skolmat. Det är svårt att avgöra vad denna förändring berodde på. Möjligtvis handlar det om att de fick mer gemensam lunchtid genom den nya schemaläggningen eller att projektet helt enkelt fått upp betydelsen av skolmaten på agendan. Oavsett anledning, använde fler ur måltids- och skolpersonalen olika strategier för att motivera matvägrande barn att provsmaka och äta mer skolmat. Trots ansträngningarna visade elevenkäterna att det finns barn som går hungriga under stora delar av skoldagen. En lösning på detta problem, som fördes fram i början av projektet av personal och elever, var att servera mer av det som betraktades som barns favoriträtter som pizza och hamburgare. Samtidigt argumenterade andra ur personalen för att eleverna behövde utmanas i sina matval och att ett mer varierat utbud kunde vidga deras matpreferenser, vilket kan ses som ett sätt att förebygga ohälsa och främja sunda matvanor.

Det visade sig också i slutet av projektet att intaget av grönsaker ökade och att fler elever vågade prova fler okända maträtter, även de vegetariska. Det kan ses som ett resultat av ett långsiktigt arbete med att främja sunda matvanor, där måltidspersonal på båda skolorna lagt ner mycket möda på att tillaga goda sallader och vegetariska rätter som ska vara tilltalande och tillgängliga för alla elever, inte bara de som är vegetarianer. Trots vissa farhågor har denna successiva förändring av utbudet av mat inte resulterat i

eleverna åt mindre mängd mat. Tvärtom förblev intaget av skolmat oförändrat och flertalet av de äldre eleverna ändrade sina matval i skolan genom att de åt mer vegetarisk mat än innan.

Resultatet pekar mot att de förändringar som gjorts under projektet när det gäller de hälsomässiga aspekterna av skolmåltiden i sin tur kan ha inverkat på elevers prestationer i skolan. Det är dock inte möjligt att inom ramen för följeforskningen dra några entydiga slutsatser om hur elevernas resultatuppfyllelse påverkades specifikt av att skolluncherna schemalades på skolorna. Dels är det generellt sett svårt att skilja ut den schemalagda lunchens betydelse som en enskild faktor. Dels var projektiden förhållandevis kort och följeforskningen innefattade inte heller studier som exempelvis jämförde elevernas betyg före och efter interventionen.

När det gäller att använda skolmåltiden som innehåll och konkreta exempel i undervisningen kan det konstateras att det finns en stor utvecklingspotential. Några av lärarna i projektet tog egna initiativ till att integrera skolmåltiden i sin ämnesundervisning, men det skedde i förhållandevis liten utsträckning. Måltider har en stark relation till hållbar utveckling i och med att livsmedelssystemet är centralt för många av de hållbarhetsutmaningar vi står inför. Skolmåltiden skulle därför lämpa sig väl som ett nav i utbildning för hållbar utveckling. Den erbjuder möjligheter till ett lärande som kan skapa ett starkt engagemang hos eleverna som i förlängningen bidrar till en hållbar samhällsutveckling. För att sådant engagemang ska kunna utvecklas och vara hållbart över tid behövs både kunskaper om hållbarhetsfrågor, en vilja att förändra och en förmåga att påverka och förändra (Öhman & Sund, 2021). Förutom ämnesundervisningen i skolan så skulle matråd kunna vara ett forum där detta engagemang utvecklades. Även om projektet *Väl godkänt för skolmåltiden* inte hade som syfte att öka elevernas inflytande och delaktighet i frågor som gäller skolmåltiden, är det ändå anmärkningsvärt att skolorna inte utvecklade sina matråd under projektiden.

I intervjuerna visade eleverna stort engagemang och en vilja till att medverka i förändringsprocessen. De gav också många konkreta exempel på hur skolmåltidssituationen kunde förbättras. Nedan följer en sammanfattning av de förbättringsförslag som olika elever lyft fram i både inlednings- och slutintervjuer under projektet. Dessa förslag är värda att ta i beaktning inför framtida utvecklingsprojekt runt skolmåltiden.

Elevernas egna förslag på förbättringar av skolmåltiden

Enligt eleverna bör skolmatsalen bestå av ett antal mindre rum som eleverna kan fördelas på, så det blir möjligt att dämpa ljudnivån då det skulle innebära att färre personer äter lunch samtidigt. Det skulle också bidra till att det blir kortare eller inga köer alls till maten. De flesta elever var också överens om att det var bra med fasta bordsplaceringar av olika slag, men att dessa skulle ändras efterhand så att de kan sitta med nya personer. Deras lunchrast behövde också bli längre, menade de, så de fick en ordentlig paus mellan lektionerna, oavsett om den kom före eller efter maten.

När det gällde matsedeln så önskade de mindre av det som betraktades som vuxenmat, vilket var sallader med stor blandning av ingredienser, olika röror och mer ovanliga smakkombinationer i huvudrätter.

Vidare efterfrågade de en tydlig presentation av maten. Det skulle inte enbart ske skriftligt på en anslagstavla eller skärm, utan även förmedlas muntligt av läraren på lektionen och genom tydliga bilder och symboler på Instagram samt på skyltar i matsalen. Det skulle inte råda något tvivel om vilka maträtter som serverades och vad de innehöll.

Eleverna påtalade även att placeringen av de olika rätterna i skolmatsalen var betydelsefull. De föreslog att den vegetariska maträtten sattes först i raden av rätter. Det skulle öka chansen för att fler provade den, menade de. Om den serverades i en annan del av matsalen än övriga mat så kunde det uppfattas som att det var specialkost som inte var till för alla. Enligt eleverna själva skulle fler välja vegetarisk skolmat om den salufördes som miljövänlig och klimatsmart och inte bara mer hälsosam. De menade även att möjligheter till provsmakning är mycket viktigt för att minska matsvinnet och öka intaget av skolmat, särskilt den växtbaserade. Att införa rutiner med smaskedar till olika rätter är därför en viktig åtgärd.

De önskade även att skolorna erbjöd frukt, knäckebröd eller något slags mellanmål på eftermiddagen till alla elever som har långa skoldagar, så de inte behövde bli så hungriga och kunde koncentrera sig på de sista lektionerna. Slutligen uttryckte eleverna också en önskan om att få bli mer delaktiga i skolmåltidssituationen. Några ville medverka i skolköket, medan andra föreslog att de skulle ges ökat inflytande över skolmåltidens utformning och innehåll. Det var dock viktigt att det gjordes på ett annat sätt än i nuvarande matråd som de hade dåliga erfarenheter av, då dessa inte så fungerade väl enligt eleverna.

Elevernas förslag till förbättringar av skolmaten och av situationen i skolrestaurangen sammanfattar på ett bra sätt de förbättringar som måste till stånd för att skapa en hållbar måltidssituation på landets skolor. Schemalagd skollunch kan vara ett verktyg för att skolmåltiden tydligare ska integreras i skolverksamheten som helhet och inte upplevas som en separat del. Det ger skolledningen möjlighet att organisera måltiderna för att ge en lugnare måltidssituation, men det behöver kombineras med tydliga riktlinjer för den pedagogiska måltiden där olika professioners ansvarsområden klargörs. Då skapas förutsättningar för ökat samarbete mellan pedagogisk personal och måltidspersonal för att utveckla ett gemensamt förhållningssätt i sitt möte med eleverna och undersöka skolmåltidens lärandepotential. På så sätt kan de på olika sätt dra nytta av måltidssituationen så att den bidrar positivt till elevernas välmående, hälsa och skolprestationer.

Referenslista

Ahnberg, E., Lundgren, M., Messing, J. & von Schantz Lundgren, I. (2010) Följeforskning som företeelse och följeforskarrollen som konkret praktik. *Arbetsmarknad & Arbetsliv*, 16(3): 55-66.

Bryman, A., 2018. *Samhällsvetenskapliga metoder*. Liber: Malmö

Frödén, S. & Pettersson, C. (2021). Strävan mot en inkluderande skolmåltid? Strategier för att ge likvärdiga förutsättningar. *Utbildning & Demokrati* 30(1), 23-44.

Frödén, S. (2021). Skolans gröna matlandskap. Elevers uppfattningar om och upplevelser av vegetarisk skolmat. *Socialmedicinsk tidskrift* 3/2021, 409-422.

Holmberg, M., & Andersson Fasth, L. (2021). *Handbok för schemalagda måltider*. Skolmatsakademin.

Lennernäs, M. (2011). *Lunch och lärande - skollunchens betydelse för elevernas prestation och situation i klassrummet. Inventering av kunskapslärandet, teorier och begrepp*. Rapport 1-2011, Livsmedelsverket.

https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2011/2011_livsmedelsverket_1_lunch_och_larande.pdf?id=3793

Livsmedelsverket (2019). *Bra måltider i skolan: Råd för förskoleklass, grundskola, gymnasieskola och fritidshem*.

<https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyreer-foldrar/bra-maltider-i-skolan.pdf>

Lundborg, P., Rooth, D.-O., & Alex-Peterson, J. (2021). Long-Term Effects of Childhood Nutrition: Evidence from a School Lunch Reform. *Review of Economic Studies*, 0, 1-33. <https://doi.org/10.1093/restud/rdab028>

MATtanken. (2018, 11 oktober). *Skollunch på lektionstid*. Webinarium <https://mattanken.se/mattanken/laravandra/webbinarier/skollunchpalektionstid.4.60254aff1666af9c8c0bc0e0.html>.

NUTEK. (2008) *Nytan med följeforskning. En vägledning för utvärdering av strukturfonderna 2007–2013*. R 2008:16.

Persson Osowski, C. (2019). "Dålig mat. Men ändå mat" – Om diskursen kring skolmaten som institutionaliserad måltid. I: Fjellström, C. (red). *Klagandets diskurs – matforskare reflekterar*. Acta Universitatis Uppsaliensis, Uppsala universitet, Uppsala.

Pettersson, C., Björklund, J., & Frödén, S. (2019). *Summering av elevintervjuer i projektet Väl godkänt för skolmåltiden*. Örebro universitet/Skolmatsakademin RISE.

Prop 2009/19:165. *Den nya skollagen - för kunskap, valfrihet och trygghet*. Regeringen. <https://data.riksdagen.se/fil/260C002E-E714-4F41-9619-8D1F5A9A8D13>

SFS 2010:800. *Skollag*.

https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/skollag-2010800_sfs-2010-800

Sepp, H., Abrahamsson, L., & Fjellström, C. (2006). Pre-school Staffs' Attitudes Toward Foods in Relation to the Pedagogic Meal. *International Journal of Consumers Studies*, 30, 224-232. <https://doi.org/10.1111/j.1470-6431.2005.00481.x>

Skolmatsakademin, 2021, 20 september. *Om skolmat*. <https://www.vgregion.se/om-vgr/organisation-och-verksamhet/satsningar-och-samarbeten/skolmatsakademin/om-skolmat/>

Skolverket. (2019). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2011* (reviderad 2019). SKOLFS 2010:37. <https://www.skolverket.se/getFile?file=4206>

Waling, M., & Olsson, C. (2017). School Lunch as a Break or an Educational Activity: A Quantitative Study of Swedish Teacher Perspectives. *Health Education*, 117(6), 540-550. <https://doi.org/https://doi.org/10.1108/HE-01-2017-0001>

Öhman, J., & Sund, L. (2021). A Didactic Model of Sustainability Commitment. *Sustainability*, 13, 3083. <https://doi.org/10.3390/su13063083>