

# Kartlegging av mattilbudet i kantiner på videregående skoler 2011/2012,

Nordland fylkeskommune

Februar 2012



## Innhold

|   |    |
|---|----|
| 1. Innledning .....   | 3  |
| 2. Metode og utvalg.....  | 4  |
| 3. Sammendrag resultater.....   | 5  |
| 3.1. Sammendrag ”Mat i kantiner – 2009 og 2011” svar fra<br>kantineansatte..... | 5  |
| 3.2. Sammendrag ”Mat i kantiner – 2009 og 2011” svar fra elever .....           | 7  |
| 4. Resultater (tabell 1-10).....  | 8  |
| 4.1. Tabeller ”Mat i kantiner – 2009 og 2011” svar fra kantineansatte ..        | 8  |
| 4.2. Tabeller ”Mat i kantiner – 2009 og 2011” svar fra elever .....             | 11 |
| 5. Avslutning .....   | 14 |
| 6. Kildehenvisninger.....   | 15 |

## 1. Innledning

I denne rapporten presenteres resultatene fra kartlegginger gjort på mattilbudet i alle kantiner ved videregående skoler i Nordland fylke. Kartleggingen er gjort i 2009 og 2011.

”Handlingsplanen for folkehelsearbeid 2008-2011” og Retningslinjer for skolemåltidet – i grunnskole og videregående skole<sup>1</sup> ligger til grunn for kartleggingene som rapporten beskriver. Retningslinjene sier blant annet noe om hvilke matvarer som bør tilbys daglig og motsatt, hvilke som ikke bør tilbys daglig (Vedlegg 1).

Undersøkelsenes resultater skal fortsatt (som for 2009) danne grunnlaget for oppfølging av statlige retningslinjer for skolemåltidet. Videre skal også resultatene brukes for å utvikle sunne og fristende alternativer til mat i kantinen, samt gjennom å videreutvikle kurs for kantinepersonell.

”Handlingsplanen for folkehelsearbeid 2008-2011” er Nordland fylkeskommunes plan for folkehelsearbeid. Handlingsplanens innsatsområder tar utgangspunkt i de viktigste livsstilsfaktorer som påvirker vår helse, heriblant kost og ernæring. Prioriterte arenaer er og nå folk i dagliglivet. Sunne og gode tilbud som samtidig oppfattes som enkle og naturlige tilbud må derfor utvikles på dagliglivets arenaer, slik at alle kan nås. Planen vil forsøke å bidra til et sunnere kosthold i Nordland. Kombinasjonen av for lite fysisk aktivitet og usunn/feil mat i befolkningen har resultert i en vektøkning som utgjør en stor utfordring. Barn og unge er en viktig målgruppe i fylkeskommunal politikk. Det er av stor betydning at gode levevaner og sunn livsstil etableres tidlig i oppveksten. Barnehage og skole er prioriterte arenaer<sup>2</sup>. I tillegg til de generelle målene har handlingsplanen to resultat-/ tiltaksområder. Hovedmålene herunder er sunnere kosthold i Nordland, og skoler og barnehager som helsefremmende arenaer. Delmål; er blant annet at alle videregående skoler med egne kantiner skal ha kantinepersonell på kurs. I følge handlingsplanen har kantiner og andre mattilbud som serverer faste gjester daglig, et stort ansvar ved at de kan påvirke brukernes kosthold over tid. Videre kan de til en viss grad styre matvarevalg og gjøre de mest helsemessige gunstige måltidsvalgene enklere, gjennom aktiv markedsføring av et fristende og sunt tilbud<sup>3</sup>.

Handlingsplanen vektlegger flere områder, blant annet; å sikre sunn mat der folk ferdes, samt tilrettelegge for gode måltider på flere arenaer, blant annet i barnehager og skoler. I tillegg skal kunnskap om mat, kosthold og ernæring styrkes slik at flere får gode kostvaner<sup>4</sup>.

Rapporten beskriver metode og utvalg brukt under kartleggingen, samt resultater og tabeller både fra kartleggingen i 2009 og 2011. Både elever og ansatte i kantinen er spurt. I 2009 var det totalt 33 kantiner fordelt på 16<sup>5</sup> videregående skoler. Blant de spurte elevene var det totalt 45 elever fra 3 utvalgte skoler. Svarprosenten var på 100 % på de utleverte skjemaene. I fjorårets kartlegging (2011) var det totalt 30 kantiner fordelt på 16 videregående skoler, og svarprosenten var på 100 %.

---

<sup>1</sup> Retningslinjer for skolemåltidet – i grunnskole og videregående skole, Helsedirektoratet 2003

<sup>2</sup> Handlingsplanen for folkehelse 2008-2011, Nordland fylkeskommune, s. 7-12

<sup>3</sup> Handlingsplanen for folkehelse 2008-2011, Nordland fylkeskommune, s. 24-38.

<sup>4</sup> Handlingsplanen for folkehelse 2008-2011, Nordland fylkeskommune, s. 38.

<sup>5</sup> Det er totalt 17 videregående skoler i Nordland fylke, men Knut Hamsun videregående skole har ikke kantine.

## 2. Metode og utvalg

Kartleggingen er todelt, hvorav den ene delen består av spørsmål til kantineansatte (vedlegg 2) og den andre består av spørsmål til elevene (vedlegg 3). De ansatte i kantinen ble spurt om hvor ofte ulike produkter ble servert i kantinen, fiberinnhold i brød, type margarin brukt til maten som ble servert. I tillegg ble de ansatte i kantinen spurt om hvorvidt statens retningslinjer for skolemåltidet ble brukt aktivt i skolens kantine, videre om det var noe som var vanskelig/lett å følge opp i retningslinjene og tilslutt om noe fungerer spesielt godt/dårlig i kantinen. Elevene ble spurt om hva de var fornøyd med av tilbudet i skolens kantine, samt hvilke ønsker de hadde i forhold til hva som tilbys/serveres i tillegg til dagens tilbud i skolens kantine. Alle resultater er samlet i tabellene 1-10 nedenfor.

Før spørreundersøkelsen i 2009 ble sendt ut, ble alle rektorer informert via rektorkollegiet. Undersøkelsen er gjennomført ved hjelp av spørreskjema sendt direkte til kantine og i utgangspunktet tre representanter for kantineutvalget (spørreskjema for elever) sendt gjennom skolens administrasjon. Da kantineutvalgene ikke fungerte og flere av representantene ikke lenger gikk ved skolen, tok elevrådsleder og ansvarlig for kantineutvalget ansvar for skjemaene ved to av skolene. I 2011 ble spørreundersøkelsene sendt direkte til kantine og til skolens elevråd. Elevrådsledere ble også kontaktet pr telefon eller mail.

Alle de videregående skolene som har kantine har svart på spørreundersøkelsen. I undersøkelsen fra 2011 var det totalt 30 kantiner fordelt på 17 videregående skoler, sammenlignet med 2009, hvor det totalt var 33 kantiner fordelt på 17 videregående skoler.

Når det gjelder spørsmålene til elevene, ble 3 skoler valgt ut på bakgrunn av beliggenhet i fylket (nord-, midt- og sørfylket). En representant tok seg av undersøkelsen på skolen, denne ble kontaktet og delte ut spørreskjemaene i sin klasse<sup>6</sup>. 45 spørreskjemaer ble sendt til denne gruppen. Den eneste forandringen som ble gjort i undersøkelsen var å dele opp spørsmålet om tilgjengelig juice og kaldt drikkevann. Dette for å kunne kartlegge hvor mange som hadde kaldt drikkevann tilgjengelig hver dag.

Svarprosenten i 2011 var på 100 % fra kantine<sup>7</sup> (30 svar). I elevundersøkelsene lyktes det ikke å få svar fra elevene ved skolen i sørfylket og svarprosenten i denne gruppen var på 67 % (30 svar).

---

<sup>6</sup> Ansvarlig for kantineutvalg/miljøarbeider ved en av skolene delte ut i tilfeldig klasse, da eleven det var avtalt med ikke var å få tak i

<sup>7</sup> Bortsett fra 7 enkeltspørsmål i spørreskjemaet.

### 3. Sammendrag resultater

#### 3.1. Sammendrag "Mat i kantiner – 2009 og 2011" svar fra kantineansatte

Hvor ofte serveres de ulike matvarene i kantine?

##### **Kaker, vafler, boller**

27 % (52 % i 2009) av kantine oppga at de serverte kaker, vafler, boller daglig eller flere ganger i uken, mens 53 % (30 % i 2009) serverte kaker, vafler, boller kun 1 gang i uken. 20 % mot 18 % i 2009 oppga at de sjelden eller aldri serverte kaker, vafler, boller. (tabell 1).

##### **Brus, saft, iste (med sukker)**

57 % (74 % i 2009) av kantine oppga at de serverte brus, saft, iste (med sukker) daglig, 43 % mot 23 % i 2009 oppga at de sjelden eller aldri serverte brus, saft, iste<sup>8</sup> (med sukker). (tabell 1).

##### **Brus, saft, iste (uten sukker)**

40 % (65 % i 2009) av kantine oppga at de serverte brus, saft, iste (uten sukker) daglig, eller flere ganger i uken. 57 % mot 32 % i 2009 oppga at de sjelden eller aldri serverte brus, saft, iste (uten sukker). (tabell 1).

##### **Potetgull, snacks, godteri**

7 % (15 % i 2009) av kantine oppga at de serverte potetgull, snacks, godteri daglig, eller flere ganger i uken. 93 % mot 85 % i 2009 oppga at de sjelden eller aldri serverte potetgull, snacks, godteri. (tabell 1)

##### **Frukt (hel og i stykker)**

80 % (85 % i 2009) av kantine oppga at de serverte hel frukt daglig. 10 % mot 12 % i 2009 oppga at de sjelden eller aldri serverte hel frukt. (tabell 1).

Når det gjelder frukt i stykker oppga 47 % (28 % i 2009) av kantine at de serverte dette daglig, 10 % mot 6 % i 2009 serverte frukt i stykker flere ganger i uken og 7 % mot 13 % i 2009 kun 1 gang i uken. 30 % (53 % i 2009) oppga at de sjelden eller aldri serverte frukt i stykker. (tabell 1).

##### **Grønnsaker (hele og i stykker)**

17 % (16 % i 2009) av kantine oppga at de serverte hele grønnsaker daglig, mens 7 % mot 3 % i 2009 serverte dette kun 1 gang i uken. 70 % mot 81 % i 2009 oppga at de sjelden eller aldri serverte hele grønnsaker. (tabell 1).

Når det gjelder grønnsaker i stykker, oppga 40 % (24 % i 2009) av kantine at de serverte dette daglig, mens 13 % (3 % i 2009) serverte grønnsaker i stykker flere ganger i uken og 7 % (3 % i 2009) kun 1 gang i uken. 40 % mot 24 % i 2009 oppga at de sjelden eller aldri serverte grønnsaker i stykker. (tabell 1).

---

<sup>8</sup> Mange skriver samtidig at de kun selger iste daglig, ikke brus, saft.

**Grovbrød/knekkebrød**

90 % (84 % i 2009) av kantine oppga at de serverte grovbrød/knekkebrød daglig, og 3 % (3 % i 2009) serverte grovbrød/knekkebrød flere ganger i uken. 3 % mot 13 % i 2009 oppga at de sjelden eller aldri serverte grovbrød/knekkebrød. (tabell 1).

**Skummet melk, ekstra lettmeik, lettmeik**

93 % (91 % i 2009) av kantine oppga at de serverte skummet melk, ekstra lettmeik, lettmeik daglig. 3 % (6 % i 2009) serverte dette kun 1 gang i uken eller sjeldnere. Det var ingen som oppga at de aldri serverte melk. (tabell 1).

**Juice og kaldt drikkevann**

100 % oppga at de serverte juice hver dag, mens 97 % serverte kaldt drikkevann daglig. 3 % oppga at de serverte kaldt drikkevann flere ganger i uken. I 2009 var juice og kaldt drikkevann i samme spørsmål og hadde følgende svar: 97 % av kantine oppga at de serverte juice og kaldt drikkevann daglig, mens 3 % serverte juice og kaldt drikkevann flere ganger i uken. (tabell 1).

**Fiberinnhold**

47 % (39 % i 2009) oppga at de hadde mer enn 50 % grovmel eller over 6 % kostfiber i det grove brødet som ble servert. 3 % mot 18 % i 2009 svarer at de ikke vet, mens 10 % (6 % i 2009) oppga at fiberinnholdet var lavere enn 50 % grovmel eller over 6 % kostfiber i det grove brødet som serveres. Resten oppgir type brød som serveres, totalt 17 % oppga andre svar, mens 3 % ikke vet og 23 % ikke har svart. I 2009 oppga 37 % ulike typer grove brødvarer (Tabell 2).

**Type margarin**

7 % (12 % i 2009) bruker Vita Hjertego', 7 % (24 % i 2009) bruker Brelett, mens flest kantiner bruker (70 % mot 55 % i 2009) bruker Soft flora/Soft flora light. 16 % (9 % i 2009) oppgir andre merker (Melange, Bremykt, Tine smør, Soya Oliven, soft ekstra). (tabell 3)

**Retningslinjer for skolemåltidet brukes aktivt i skolens kantine?**

I kartleggingen fra 2009 ble retningslinjene for skolemåltidet brukt aktivt i 49 % av kantine, mens 21 % oppga at de ikke brukte den, og 30 % visste ikke (tabell 4). I kartleggingen fra 2011 var tallene henholdsvis 57 %, 17 % og 26 % (tabell 4)

**Oppfølging av retningslinjene**

57 % av de spurte kantineansatte svarte ja på spørsmålet om de brukte «Statens retningslinjer for skolemåltidet», hvilket er en økning fra 2009 (49 %). Tallet for de som ikke aktivt brukte retningslinjene eller ikke visste om retningslinjene, har gått ned (tabell 5).

Omtrent halvparten hadde besvart spørsmålet om noe av retningslinjene var vanskelig å følge opp. De som ikke brukte retningslinjene eller ikke visste, skulle hoppe over denne delen. Av de som svarte i 2009, oppga enkelte at det var vanskelig å få opp salget på frukt og grønt, samt at det var vanskelig "å følge opp sunn mat for ikke å tape penger". I 2011 oppga mange at det ikke var vanskelig å følge opp retningslinjene, mens andre synes det var vanskelig å få elevene til å velge sunt, kutte ut iste, fiberrikt brød, styre unna sukkerholdige drikker, tidkrevende (tabell 5).

På spørsmålet om det var noe som var lett å følge opp ble følgende svart i 2009; salat hver dag, når måltidene skal avholdes, trivelig spisemiljø, frukt, salat, varm mat, ikke salg av brus, snacks, salatbar, yoghurt, frukt, grove bagetter, matpakker, middag (det meste), samt å unngå salg av sukkerholdige matvarer (tabell 11) Svar fra 2011; Tilgang til vann og juice, enkel brødmate, sunt brød og et variert utvalg av sunne pålegg, holde kaker, vafler, brus og godteri borte (tabell 6).

### Mat som fungerer spesielt godt i kantinen

Mat som fungerer spesielt godt i de ulike kantineene er: Frokost, lunsj, varmmat, brødsriver, grove brød, fine horn, yoghurt, alt av brødvare, wraps, grove vafler, bagetter med ost, skinke, grønt, drikke, varm mat, pizza, tacobagetter, hjemmebakke grove horn, salat, frukt i biter, grove bagetter med kylling, roastbiff, ost/skinke, pasta med kjøttsaus, kyllinggryte med ris, Toscana, pizzabagett, salatbar, matpakker, sandwich, sveler, vafler, hamburger, gryteretter, Ostebriks med ost/skinke, brød med omelett, fine brødvare, Ciabatta, suppe, lapskaus, smørbrød, fine horn/bagetter med ost/skinke, pommefrites, hjemmebakke brød med pålegg (tabell 7).

Svar fra kartleggingen i 2011 var noenlunde like som i 2009, men i tillegg var det mange som syntes salatbar fungerte godt, og servering av vafler og muffins på fredag. En av kantineene forteller at det fungerte godt hos dem å møte elevene på det de aller helst vil spise og med jevne mellomrom få tilbakemelding fra de som handler i kantineen. Noen kantiner oppga at servering av frokost fungerer veldig bra. (tabell 7)

### Mat som fungerer dårlig i kantinen

Mat som fungerer dårlig i de ulike kantineene er: knekkebrød, frokostblandinger, hele grønnsaker, varmretter (11-13), grovt brød/bagetter, salat, grønnsaker, lettyoghurt, biola, påsmurte rundstykker, brød med vanlig pålegg, middagsretter med fisk flere ganger i uka (en gang fungerer fint), grove horn, kjøpingsbrød. En skole oppgir at en konkurrent like ved selger gatekjøkkenmat. (tabell 8).

I kartleggingen fra 2011 oppgis følgende å fungere dårlig; beregne varmmat, lite grovt fra bakeriet, ekstra tidkrevende å tilberede sunn og delikat mat. Stort svinn på grove bakervare, det blir krise når vi må kutte ut mesteparten av TINE produktene som er for søte, å få tiden til å strekke til (tabell 8)

## 3.2. Sammendrag "Mat i kantiner – 2009 og 2011" svar fra elever

### Hva er elevene fornøyd med, og hva ønsker de skal serveres i tillegg til dagens tilbud

Det var stor variasjon i svarene fra elevene. På spørsmålet om hva de var fornøyd med, skrev de fleste også hva de ikke var fornøyd med (dette er også tatt med). Noen var fornøyd med brødmate, frukttilbudet, tilbudet av grove rundstykker/ bagetter/ brødsriver, andre var ikke. Mange syntes prisene var litt for høye. Andre konkrete tilbud elevene var fornøyd med: godt utvalg i drikkevarer, salat, frukt, varmmat, grove bagetter, at sunne matvarer er billigere enn usunne, vegetartilbud, pizza, Litago, Cola, grøt, brusen Urge, lyse bagetter, tyggis, vafler. (tabell 9)

Også under spørsmålet om hva de ønsket skulle serveres i tillegg til dagens tilbud, var det stor variasjon. Elevene har mange forslag: Boller, varm mat, sveler, bagetter med bedre smak, mer grovt brød, flere brødretter og bagetter, kyllinglår med ris, pitabrød, variasjon i fruktkurvene, spennende salater, mer varierte varmmåltider, bagetter (fine) med kylling og karri, Større tilbud av mat (noe ala bagettene de har på AGA mat<sup>9</sup>) Chicken tandoori-bagetter, sunnere drikke fra TINE, "Dagens tier" (et måltid for ti kroner), Bigbite<sup>10</sup> sandwich, tacos, burger, et vegansk<sup>11</sup> tilbud, mer frukt og grønt, varm suppe, Safari kjeks, kylling, grove vafler, nøttemix, sunnere, billigere drikke, skyr<sup>12</sup>, grønnere tilbud, bagetter med tunfisk, yoghurt uten tilsatt sukker, kebab. (tabell 10)

## 4. Resultater (tabell 1-10)

### 4.1. Tabeller "Mat i kantiner – 2009 og 2011" svar fra kantineansatte

Tabell 1: Hvor ofte serveres noe av dette i skolens kantine (%)? - 2011 (tall fra 2009)

| Tilbud i skolens kantine                | Daglig   | Flere g. i uka | 1 g. pr. uke | Sjeldnere | Aldri   |
|---|----------|----------------|--------------|-----------|---------|
| Kaker, vafler, boller                   | 20 (40)  | 7 (12)         | 53 (30)      | 13 (9)    | 7 (9)   |
| Brus, saft, iste (med sukker)           | 57 (74)  | 0 (0)          | 0 (3)        | 6 (7)     | 37 (26) |
| Brus, saft, iste (uten sukker)          | 37 (61)  | 3 (3)          | 0 (3)        | 10 (7)    | 47 (26) |
| Potetgull, snacks, godteri              | 7 (12)   | 0 (3)          | 0 (0)        | 0 (3)     | 93 (82) |
| Frukt (hel)                             | 80 (85)  | 0 (0)          | 0 (3)        | 7 (3)     | 10 (9)  |
| Frukt (i stykker)                       | 47 (28)  | 10 (6)         | 7 (12)       | 20 (28)   | 10 (25) |
| Grønnsaker (hele)                       | 13 (16)  | 3 (0)          | 7 (3)        | 40 (28)   | 30 (53) |
| Grønnsaker (i stykker)                  | 40 (24)  | 13 (3)         | 7 (3)        | 20 (45)   | 20 (24) |
| Grovbrød/knekkebrød                     | 90 (84)  | 3 (3)          | 0 (0)        | 0 (3)     | 3 (9)   |
| Skummet melk, ekstra lettmeik, lettmeik | 93 (91)  | 0 (3)          | 0 (3)        | 3 (3)     | 0 (0)   |
| Juice <sup>13</sup>                     | 100 (97) | 0 (3)          | 0 (0)        | 0 (0)     | 0 (0)   |
| Kaldt drikkevann                        | 97 (97)  | 3 (3)          | 0 (0)        | 0 (0)     | 0 (0)   |

Tabell 2: Hvor høyt fiberinnhold er det i det grove brødet som serveres (%)? - 2011 (tall fra 2009)

| Fiberinnhold i brød                  | Andel (%) som serveres brød med de ulike grovhetsgradene |
|--------------------------------------|--|
| Vet ikke                             | 3 (18)   |
| <50 % grovt mel eller >6 % kostfiber | 47 (39)  |
| >50 % grovt mel eller <6 % kostfiber | 10 (6)   |

<sup>9</sup> Bakeri som serveres ulike typer både påsmurte og ikke påsmurte bakervarer.

<sup>10</sup> Fast food kjede som serverer påsmurte sandwicher.

<sup>11</sup> En vegan spiser ikke noe som har animalsk opphav eller inneholder noe som har animalsk opprinnelse.

<sup>12</sup> Et fettfritt meieriprodukt med mye proteiner.

<sup>13</sup> I kartleggingen fra 2009 var juice og kaldt drikkevann i samme kategori, men oppdelt i kartleggingen i 2011.



|   |         |
|---|---------|
| Andre svar:   | 17 (37) |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Baker selv grovt brød</li> <li>- Det varierer</li> <li>- Grove halvstekte bagetter</li> <li>- Vikhorn, restaurantbrød</li> <li>- Noe er veldig grovt, noe er litt grovt</li> </ul> |         |
| Ikke svar   | 23 (0)  |

**Tabell 3:** Hvilken type margarin brukes på maten som serveres (%)? - 2011 (tall fra 2009)

| Type margarin  | Andel kantiner (%) som bruker de ulike typene margarin på maten |
|--|---|
| Brelett  | 7 (24)  |
| Soft flora   | 67 (52)   |
| Soft flora light   | 3 (3)   |
| Vita hjertego'   | 7 (12)  |
| Andre (Melange, Bremykt, Soya Oliven, Tine smør, soft ekstra eller en kombinasjon av flere av disse) | 16 (9)  |

**Tabell 4:** Brukes statens retningslinjer for skolemåltidet aktivt i skolens kantine (%)? – 2011 (tall fra 2009)

| Ja      | Nei     | Vet ikke |
|---------|---------|----------|
| 57 (49) | 17 (21) | 26 (30)  |

**Tabell 5:** Er det noe som er vanskelig å følge opp i retningslinjene 2011 og 2009?

| 2011  | 2009  |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grove produkter fra bakeriene, sukker i produkter</li> <li>- Nei</li> <li>- Nei, men ekstra tidkrevende</li> <li>- Nei</li> <li>- Nei</li> <li>- Det kan være vanskelig å styre unna alle sukkerholdige drikker, iste er veldig populært, men har et godt utvalg av sunne alternativer.</li> <li>- Har tatt bort 1/2 liter iste og vurderer å ta 250 ml også</li> <li>- Ikke annet enn at elevene ikke bestandig velger sunt</li> <li>- Nei</li> <li>- Nei</li> <li>- Vi prøver, men det vanskelig å få dem til å kjøpe bare det sunne. Men etter hvert blir alt av det søte kuttet ut.</li> <li>- Maten, særlig brødmaten er dårlig merket fra leverandør</li> <li>- Nei</li> <li>- Vi prøver så godt vi kan, vanskelig å følge opp det med muffins, selger det hver dag</li> <li>- At fiberinnholdet blir høy nok, finnes få alternativer fra industrien.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elevene vet hva de liker og ikke liker</li> <li>- Få opp salget på frukt og grønnsaker</li> <li>- Frukt i stykker, hele grønnsaker</li> <li>- Vanskelig å følge opp sunn mat for og ikke tape penger (da spiser elevene kun når de er sultne)</li> </ul> |

**Tabell 6:** Er det noe som er lett å følge opp i retningslinjene 2011 og 2009?

| 2011   | 2009  |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tilgang til vann og juice, enkel brødmatt</li> <li>- Ja, stort sett det meste</li> <li>- Sunt brød og et variert utvalg av sunne pålegg</li> <li>- Holde kaker vafler, brus, godteri borte. Kaker, vafler en gang i uken</li> <li>- Elevenes behov i samsvar med retningslinjer</li> <li>- Retningslinjene er ok å følge opp</li> <li>- Ja</li> <li>- Retningslinjene er greie, men det er vanskelig å holde stramt budsjett når prisene på sunne råvarer er dyre.</li> <li>- Det går greit å bruke grovt brød, men ikke bare det grove fordi ikke alle liker det</li> <li>- Ja, det er jo bare å følge de + det interne, rektor bestemmer</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Selge frukt og salat hver dag</li> <li>- Når måltidene skal avholdes</li> <li>- Trivelig spisemiljø</li> <li>- Frukt, salat, varm mat</li> <li>- Ikke selge brus og snacks</li> <li>- Salatbar, yoghurt, frukt, grove bagetter, matpakker, middag (det meste)</li> <li>- "Både og"</li> <li>- Synes retningslinjene er gode og greie og etterfølge</li> <li>- Å unngå det meste av sukkerholdige matvarer</li> <li>Nei, synes det går greit</li> </ul> |

**Tabell 7:** Er det noe som mat fungerer spesielt godt i kantinen 2011 og 2009?

| 2011   | 2009  |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Frukt og grønt, det er gratis hos oss, Diverse varmretter</li> <li>- Fersk hjemmelaget brød stort sett hver dag, salabuffet, rikt utvalg av pålegg</li> <li>- Fruktbeger og salatbar går over all forventning</li> <li>- Salatbaren</li> <li>- Go' morgen, YT, Piano (vanskelig å svare mer konkret – vikar)</li> <li>- Salatbar, godt utvalg i disk</li> <li>- Salatbaren er veldig populær</li> <li>- Alt fungerer svært godt, Variert brødmatt (grovt og fint) Faste dager med salater og varmretter</li> <li>- Salatbaren er en suksess</li> <li>- Møte elevene på det de aller helst vil spise og med jevne mellomrom få tilbakemelding på eventuelt endring på salg av matvarer.</li> <li>- Fredag serverer vi vafler og muffins, da er elevene kjempeglad! Varmmat(pizza, wraps) er også populært</li> <li>- Salatbar, hjemmebakket grovbrød/grove rundstykker med laks, reker, pestoskinke, egg, grove bagetter med kylling/kjøtt, ost og skinke</li> <li>- Havregrøt til frokost</li> <li>- Alt fungerer stort sett godt</li> <li>- Ciabatta, baguetter, fine horn</li> <li>- Elevene er flinke til å spise grovt</li> <li>- Salatbar</li> <li>- Frokosten fungerer veldig bra</li> <li>- Det er stor variasjon i hva som foretrekkes, vi prøver å tilfredstille de ønsker vi får fra både elever og lærere</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Frokost, lunsj, varmmat</li> <li>- Brødsriver, grove brød, fine horn, yoghurt</li> <li>- Alt av brødvarer, wraps, grove vafler</li> <li>- bagetter med ost, skinke, grønt</li> <li>- Påsmurte bagetter/maistriangel, yoghurt, drikke</li> <li>- Varm mat, pizza, tacobagetter</li> <li>- Selger kun grove rundstykker</li> <li>- Varm lunsj, hjemmebakket grove horn, rundstykker, bakervarer</li> <li>- Varm lunsj, salat, frukt i biter</li> <li>- Salat, bagetter med kylling</li> <li>- Grove bagetter med kylling, roastbiff, ost/skinke, salat, varmmat, pasta med kjøttsaus, kyllinggryte med ris, Toscana, pizzabagett</li> <li>- Bagetter, middag, salatbar</li> <li>- Grove bagetter, middag, matpakker, sandwich, varmmat, salat, frukt, sveler, vafler</li> <li>- Bagetter fin/grov med ost/skinke, varmretter</li> <li>- Fine bagetter, hamburger, gryteretter</li> <li>- Ostebriks med ost/skinke, brød med omelett, hjemmebakket grove horn</li> <li>- Grove bagetter med ost/skinke eller kylling</li> <li>- Fine brødvarer, pizza, Ciabatta, fruktkurver og salatbeger</li> <li>- Varm lunsj. Salatboller, frukt</li> <li>- Varmretter (suppe, lapskaus, gryteretter, pizza)</li> <li>- Varm lunsj, bagetter, smørbrød</li> <li>- Fine horn/bagetter med ost/skinke, pommes frites</li> <li>- Salat med kylling</li> <li>- Hjemmebakket brød med pålegg</li> <li>- Ostehorn (fine), grove bagetter (fin/grov)</li> <li>- Vanlige horn, bagetter (fin)</li> <li>- Pizza, vafler, grove bagetter, salat, frukt</li> <li>- Pølse m/brød, pizza</li> <li>- Salat, grove bagetter med salat, tomat, løk, skinke og ostehorn</li> </ul> |

**Tabell 8:** Er det noe som mat fungerer dårlig i kantinen 2011 og 2009?

| 2011  | 2009   |
|---|--|
| <p>Beregne varm mat, for lite grovt fra bakeriet<br/>Det er litt vanskelig å få salg på de groveste produktene, fiskepålegg og varmmat av fisk er ikke populært, så få en del svinn av dette.<br/>Salg av frukt og grønt fungerer dårlig, men vi prøve å ta det med i matserveringen<br/>Tid! Ekstra tidkrevende med sunn og delikat mat<br/>Logistikken kan være et problem dersom det er veldig mange om skal handle samtidig, men jobber stadig med å forbedre oss.<br/>Prøvde er tid med bare sunn mat og drikke, men det endte med at alle elevene dro på Prix /Ica og handler i stedet for å komme i kantina<br/>Lite praktisk ifht fylling av salatbar, mye kø.<br/>Ønsker å servere delt frukt hver dag, men av o til blir det ikke nok tid da vi ikke er nok hender<br/>Oppskjært frukt<br/>Har stort svinn på grove bakervarer<br/>Nei<br/>Salatbar<br/>Elevene er ikke så glad i grov mat<br/>Det blir «krise» når vi må kutte ut med mesteparten av TINE produktene som er for søte, men vi blir jo nødt til det.<br/>Bare interiørmessig med inngang til kasse<br/>Å få tiden til å strekke til<br/>Ettersom det er mest gutter som går her, så er ikke frukt /grønt særlig in, men vi gir ikke opp.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grove bagetter/horn</li> <li>- Middagsretter som fisk flere ganger i uka (en gang fungerer fint)</li> <li>- Frokost med grovt brød</li> <li>- Grove horn, rundstykker, bagetter</li> <li>- Salat, grønnsaker, frukt</li> <li>- Grove horn</li> <li>- Kjøpingsbrød</li> <li>- Grovt brød med pålegg (ost, skinke, leverpostei)</li> <li>- Grovt brød, salat</li> <li>- Er veldig vanskelig å få dem til å spise sunt. - -</li> <li>- Har forsøkt masse forskjellig, men det må en holdningsendring til for å få omsetning på det.</li> <li>- Knekkebrød, frokostblandinger, hele grønnsaker</li> <li>- Varmretter (11-13)</li> <li>- Grovt brød knekkebrød</li> <li>- Sunt/grovt brød, salat, grønnsaker</li> <li>- Knekkebrød, lettyoghurt, biola, brødsriver</li> <li>- Påsmurte rundstykker, fiskemiddag (bortsett fra grateng)</li> <li>- Konkurrent like ved som selger gatekjøkkenmat</li> <li>- Vanlige brødsriver</li> <li>- Grove brød/bagetter, grønnsaker</li> <li>- Brød med vanlig pålegg, frokostblandinger</li> </ul> |

## 4.2. Tabeller "Mat i kantiner – 2009 og 2011" svar fra elever

**Tabell 9:** Hva er du fornøyd med av tilbudet i skolens kantine? - 2009

| 2011   | 2009   |
|--|--|
| <p>Alt som serveres på fredager<br/>Det kunne vært et bedre tilbud med sunn mat<br/>Ciabatta med ost og skinke, kyllingsalaten, Litago sjokolade<br/>Stort sett alt, bagettene<br/>At de har sunn og variert mat<br/>Mye<br/>Julebrus, bagetter, horn, salaten, middagsordningen<br/>Julebrus, horn, salat, appelsinjuice, middager<br/>Godt utvalg og god kvalitet på alle varer.<br/>Flotte muligheter for oss og spise både sunt og billig.<br/>Godt utvalg<br/>At det er mye salat og at brødet er ferskt<br/>Variasjonen og salatbaren<br/>Middagstilbud tirsdag og torsdag, salaten er bra<br/>Kylling med ris til en overkommelig pris.<br/>Salatbar, drikke, variert</p> | <p>De har mye drikke, både varme og kalde. Sunt, grove baguetter, hyggelige damer som jobber<br/>Drikkevarene, baguettene.<br/>Godt utvalg i drikkevarer<br/>At de har salat og frukt (men utvalget er for dårlig) De har to grove alternativer, men disse går fort og er tørre i kantene.<br/>Ikke fornøyd med tilbudet.<br/>Litt fornøyd med brødmaten og utvalget, liker at det er varer som inneholder sukker og utvalget av iskaffe, altfor høye priser<br/>Greit nok utvalg av drikke<br/>Nok drikke, men prisen er temmelig høy<br/>Synes prisen er høy, eller bra<br/>At det er variert mat, en del å velge mellom, hyggelige kantinedamer<br/>Når det er varmmat. At vi har brus<br/>Grove bagetter (men disse skulle vært solgt halve).<br/>Det er veldig dyrt, men tilbudet er bra<br/>Frukten, men er ikke fornøyd med prisen<br/>Ganske fornøyd med utvalget, og at de sunne matvarene er billigere enn de usunne</p> |

|                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| <p><i>Det varierte utvalget</i></p> | <p><i>Tilbudene er ok, men dyrt, få flere sunne ting, i stedet for å fjerne usunne kan folk selv bestemme selv</i><br/> <i>Kantina har en del sunn og god mat. Utvalget er ok.</i><br/> <i>Det er en del sunn mat. Iskaffe</i><br/> <i>Jeg synes det er veldig dyrt, spesielt drikkevarerne</i><br/> <i>Maten er veldig dyr</i><br/> <i>At den har et vegetartilbud, kaffe og frukt. Prisene er greie</i><br/> <i>Nei, for dyrt. At det er noe varm mat</i><br/> <i>Fornøyd med maten, drikken, men høye prisene.</i><br/> <i>Ja, jeg er fornøyd med maten, men prisene er kanskje litt høye"</i><br/> <i>Pizza, Litago, cola, grøt, Urge, lyse bagetter, tyggis, vaffer</i><br/> <i>Fornøyd, prisene er ikke noe å klage på.</i><br/> <i>God mat og flott utvalg</i><br/> <i>Varmmat en gang i uka. Utvalg av drikke</i><br/> <i>Yoghurt, brødmatt, at vi kan varme maten selv</i><br/> <i>Bagetter, Litago, ostebriks m/skinke. Vikas</i><br/> <i>Variasjon, de ansatte, varmrätter av og til</i><br/> <i>Drikken og hornene. Variasjon. Ostebriks, bagetter</i><br/> <i>Frukt, god mat, sjelden fri for noe, forskjellige alternativer. Kylling bagetter. Yoghurt, drikke, frukt</i></p> |
|-------------------------------------|---|

**Tabell 10:** Er det noe du ønsker skal tilbys/serveres i tillegg til dagens tilbud? - 2011 og 2009

| 2011   | 2009  |
|--|---|
| <p><i>Billigere juice</i><br/> <i>Billigere drikke</i><br/> <i>Salat og drikke kunne vært billigere</i><br/> <i>Flere horn, det er det det spises mest av</i><br/> <i>Salaten er litt i dyreste laget</i><br/> <i>Prisene kunne vært lavere</i><br/> <i>Nudler, salat i horn og bagetter</i><br/> <i>Salat til bagetter</i><br/> <i>Middag i matpausen en dag i uken</i><br/> <i>Kantinekort (rabatt)</i><br/> <i>Mikrobølgeovner for å varme opp mat.</i><br/> <i>Bacon pølse</i><br/> <i>Pølser i brød</i><br/> <i>Kanskje litt mer forskjellig å variere med</i><br/> <i>Tyggis, halsdrops osv.</i><br/> <i>Billigere salat</i><br/> <i>Flere bagetter i slutten av uken, billigere salat</i><br/> <i>Mer varmlunsj</i><br/> <i>Mer vegetarmat</i><br/> <i>Varmmat, kake, større utvalg</i><br/> <i>Varme retter</i><br/> <i>Varme retter</i></p> | <p><i>Flere sveler. Det er litt for dyrt. Boller. Croissant.</i><br/> <i>Varm mat/salat buffé, salatbar, Varm mat en gang uken. Bedre bagettene. Fine bagetter. Ferskere trekantbrød. Generelt større utvalg. Mer sunn mat</i><br/> <i>Mye mer grovbrød, ferskere enn de som er i dag.</i><br/> <i>Flere sunnere og mer varierte varmmåltider.</i><br/> <i>Variasjon i innholdet i fruktkurvene. Mer spennende salater, ikke bare skinke/kylling, salat, mais</i><br/> <i>Varmretter noen dager i uken. Flere brøddretter og bagetter med forskjellig innhold, f eks kylling og karri.</i><br/> <i>Kyllinglår med ris, pitabrød</i><br/> <i>Pizza, bagetter (fine) med kylling og karri, pitabrød med forskjellig innhold og andre varmrätter</i><br/> <i>Større tilbud av mat (noe ala bagettene de har på AGA mat) + billigere priser</i><br/> <i>Chicken tandoori- bagetter, mer mat</i><br/> <i>Grovt brød, grovere kost, litt billigere for noen varer, sunnere drikke fra TINE</i><br/> <i>Mer varmmat. Billigere, mindre grov mat</i><br/> <i>Mer sunn mat</i><br/> <i>"Dagens tier". Prisene er for dyre</i><br/> <i>"Dagens tier" hver dag et måltid for ti kroner</i><br/> <i>Bigbite sandwich, tacos, burger, god pizza</i><br/> <i>Varme retter og bedre utvalg, kunne satt ned prisene</i><br/> <i>Det er dyrt, men eller ok</i><br/> <i>Noe varm mat</i><br/> <i>Jeg synes det skal opprettes et vegansk tilbud.</i><br/> <i>Billigere frukt, kaffe, mer frukt og grønt, varm suppe</i><br/> <i>Safari kjeks og kylling</i><br/> <i>Varm mat og billigere</i><br/> <i>Større og bedre utvalg, sunnere alternativer til den maten som er i dag.</i><br/> <i>Større utvalg av frukt og grønt, mer grove produkter</i></p> |

|  |  |
|--|--|
|  | <p><i>Mer varm mat, billigere cola og slutt med grovt brød/bagetter/vafler</i></p> <p><i>Grove vafler, kylling i pita, mer varmmat og større utvalg i salater</i></p> <p><i>Små snacks (nøtter), frisk salat med kylling, skinke osv. Tyggis, smoothie, grovere brød</i></p> <p><i>Grovere mat, 100 % melkefrie produkter (pga allergi)</i></p> <p><i>0,5 liters kartong med eple og appelsinjuice</i></p> <p><i>Mer frukt, mer varmmat, smoothie, kake, salatbar</i></p> <p><i>Bedre drikketilbud, kakao, mer varmmat, salat, frukt, smoothie Taco, wraps</i></p> <p><i>Oppskjært frukt til en rimelig penge</i></p> <p><i>Torsketunger, Tine sjokolademelk, pizza, krem, burger, hjemmelagede produkter</i></p> <p><i>Mer mat med kylling, pizzaboller, oftere varmmat</i></p> <p><i>Grovere bagetter, gratis frukt, større utvalg i mat</i></p> <p><i>Pannekaker, mer tradisjonelle retter</i></p> <p><i>Varmdrikke, kebab, Vikas</i></p> <p><i>Hamburger, donuts, lavere priser,</i></p> <p><i>Skyr, yoghurt uten tilsatt sukker, lite salat med kylling, pasta, kylling med rundstykke til</i></p> <p><i>Litt grønnere tilbud, grov bagett med tunfisk</i></p> <p><i>Sunnere, billigere drikke Nøttemix, påsmurt matpakke</i></p> |
|--|--|

## 5. Avslutning

Kartleggingen fra 2011 sammenlignet med 2009 viser at det har skjedd mange positive forandringer i mattilbudet i kantinene i Nordland fylke. Her er noen tatt trukket frem:

- Antallet som brukte statens retningslinjer for skolemåltidet aktivt har økt fra 49 % i 2009 til 57 % i 2011.
- Antallet som serverer brus, saft, iste med sukker hver dag har gått ned fra 74 % i 2009 til 57 % i 2011.
- Antallet som serverer brus, saft, iste uten sukker hver dag har gått ned fra 61 % i 2009 til 37 % i 2011.
- Antallet som serverer grønnsaker i stykker hver dag har økt fra 24 % i 2009 til 40 % i 2011.
- Antallet som serverer frukt i stykker hver dag har økt fra 28 % i 2009 til 47 % i 2011.
- Antallet som serverer potetgull, snacks, godteri hver dag eller flere ganger i uken har gått ned fra 15 % i 2009 til 7 % i 2011.
- 47 % bruker grovt brød med et fiberinnhold på mer enn 6 % fiber eller mer enn 50 % grovt mel. I 2009 var tallet 39 %.

Kartleggingen viste at det fremdeles er et forbedringspotensial når det gjelder mat- (og drikketilbudet) i kantinene ved de videregående skolene i Nordland fylke. Nesten halvparten av kantinene brukte ikke de statlige retningslinjene for skolemåltidet.

Brus, saft, iste (med sukker) blir fremdeles solgt daglig i 57 % av kantinene, mens kaker, vafler, boller blir solgt daglig i 20 % av kantinene og potetgull, snacks, godteri i 7 % av kantinene.

74 % bruker Soft flora eller Vita hjertego' på brødet som serveres. Det viser også av spørreundersøkelsen at det som fungerer i enkelte kantiner, ikke fungerer i andre både i 2011 som i 2009. Salatbar er noe som fungerer godt i mange kantiner.

Elevene hadde flere gode ideer til retter i kantinene, blant annet "dagens tier" et måltid for kr 10, nøttemix, smoothie osv. Pris er nevnt blant mange elever både i kartleggingen fra 2009 og 2011. Hvis man vil øke bruken av sunne matvarer, kan en reduksjon i pris være en viktig faktor. Pris kan styre valg av produkter og er ikke satt i forhold til verken kvalitet eller ernæringsmessig innhold for mange. Som vist i rapporten var noen av elevene fornøyd med dagens tilbud, andre ikke.

## **6. Kildehenvisninger**

- Handlingsplanen for folkehelse 2008-2011, Nordland fylkeskommune
- Retningslinjer for skolemåltidet – i grunnskole og videregående skole, Helsedirektoratet 2003