



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INST FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

Matens kvalitet inom äldreomsorgen

- med fokus på sensoriska egenskaper

Madelene Miller
Louise Nyberin

Examensarbete: 15 hp
Program: Kostekonomprogrammet med inriktning ledarskap
Nivå: Grundnivå
Termin/år: Vt 2011
Handledare: Annica Strandh Johansson
Examinator: Marianne Pipping Ekström



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INST FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

Titel:	Matens kvalitet inom äldreomsorgen – med fokus på sensoriska egenskaper
Författare:	Madelene Miller och Louise Nyberin
Examensarbete:	15 hp
Program:	Kostekonomprogrammet med inriktning ledarskap 180hp
Nivå:	Grundnivå
Handledare:	Annica Strandh Johansson
Examinator:	Marianne Pipping Ekström
Antal sidor:	35 (exklusive 2 sidor bilagor)
Termin/år:	Vt 2011
Nyckelord:	Objektiv kvalitet, Kostchef, Kvalitativa intervjuer, Matsedel.

Sammanfattning

Genom objektiv kvalitet föreligger ätkvalité som sedan kan indelas i olika sensoriska egenskaper. Med hjälp av människans fem sinnen; lukt, smak, syn, känsel och hörsel, uppfattar vi den sensoriska kvalitén på maten genom dels olika livsmedel och dels genom den färdiga måltiden.

Vid planering av måltider, speciellt för äldre, är det viktigt att tänka på livsmedelsvalen. Det gäller att kunna anpassa måltider efter de äldres smaker och behov. I takt med stigande ålder förändras våra smak- och luktsinnen. För många äldre uppfattas matens smaker och dofter på ett annorlunda sätt eller i mycket liten utsträckning.

Syftet är att utifrån objektiv kvalitet undersöka och jämföra hur fyra produktionskök, inom den kommunala äldreomsorgen, arbetar med sensoriska egenskaper på mat.

Detta genomförs genom att utföra kvalitativa intervjuer på fyra kostchefer som arbetar inom äldreomsorgen. För att komplettera intervjumaterialet valde vi göra innehållsanalyser på matsedlar från de olika äldreboendena.

I resultatet presenteras hur kostchefer arbetar med olika sensoriska egenskaper som påverkar matens kvalitet. Resultatet visade att det förelåg en väldigt stor likhet i kostchefernas svar samt att de inom många aspekter strävade mot samma mål. Samtliga kostchefer ansåg att kvalitet på maten var oerhört viktigt och något som de alla fokuserar mot. Dock har dem lite olika värderingar kring exempelvis smaksättning, variation och receptanvändning.

Tackord

Vi vill tacka vår handledare, Annica Strandh Johansson, för den stöttning som hon har gett oss genom arbetets gång. Vi skulle även vilja tacka de kostchefer och köksmästaren på de äldreboenden som har ställt upp för intervju. Utan dessa personers medverkan hade vårt arbete inte varit möjligt att genomföra. Sist men inte minst tackar vi varandra för det samarbetet vi haft under detta examensarbete.

Madelene Miller och Louise Nyberin

Göteborg, Maj 2011

Innehållsförteckning

1. Inledning	5
2. Bakgrund	6
2.1 Begrepp	6
2.2. Definition av kvalitet	6
2.4. Objektiv kvalitet	6
2.4.1. Sensorisk kvalitet	7
2.4.2. Hygienisk kvalitet	7
2.4.3. Näringskvalité	7
2.4.4. Funktionell kvalitet	8
2.3. Produktkvalitet	8
2.5. Sensoriska egenskaper som påverkar matens kvalitet	9
2.6. Matens kvalitet inom äldreomsorgen	11
2.7. Tidigare forskning om betydelsen av sensoriska egenskaper	13
2.8. Sammanfattning av bakgrund	14
3. Syfte	15
3.1. Frågeställningar	15
4. Metod	16
4.1 Genomförande	16
4.1. Metodval	16
4.2. Urval	18
4.3. Analys av intervjuer	18
4.4. Reliabilitet och validitet	19
4.5. Etik	19
4.6. Innehållsanalys av matsedlar	19
5. Resultat	21
5.1. Verksamhetsbeskrivning	21
5.1.1. Verksamhet 1	21
5.1.2. Verksamhet 2	21
5.1.3. Verksamhet 3	21
5.1.4. Verksamhet 4	22
5.2. Intervjuresultat från samtliga verksamheter	22
5.2.1. Variation	22
5.2.3. Färgkombinationer/utseende	23
5.2.4. Säsong	23
5.2.5. Miljö	23
5.2.6. Näring	23
5.2.7. Receptanvändning	24
5.2.8. Smaksättning	24
5.2.9. Tillagning	24
5.2.10. De ätandes inverkan	25
5.3. Resultat från innehållsanalys av matsedlar	25
5.3.1. Verksamhet 1	25
5.3.2. Verksamhet 2	26
5.3.3. Verksamhet 3	27
5.3.4. Verksamhet 4	27
6. Diskussion	29
6.1. Metoddiskussion	29
6.2. Resultatdiskussion	30
6.3. Innehållsanalys resultatdiskussion	32
6.4. Slutsats	32
Referenser	34
Bilaga 1 – Intervjufrågor	

1. Inledning

Som studenter på kostekonomprogrammet har kvalitet varit ett begrepp som ständigt återkommit genom vår utbildning. Många av de kurser som vi läst under våra tre år på kostekonomprogrammet, har behandlat kvalitet på mat. För att nämna några har näringslära, måltidsproduktion, dietetik och livsmedelsvetenskap varit några av de kurser då vi blivit bekanta med begreppet samt erhållit god kunskap inom området.

I rollen som kostekonom är kvalitet på mat något som alltid bör finnas med genom hela produktionen från planering till färdig måltid. Det var redan från början en självklarhet för oss att rikta studien på mat inom äldreomsorgen. Att uppnå god kvalitet på mat är något vi båda tycker är en förutsättning.

Kvalitet på mat omfattar många olika aspekter. Vår studie fokuserar på ätkvalitén. Inom ätkvalitén behandlas sedan olika sensoriska aspekter. Varför dessa aspekter kommer att studeras, beror på att de har varit mest intressanta samt för att dessa faktorer påverkar maten från råvara till färdig måltid. De sensoriska aspekterna som kommer att studeras är variation och matsedelsplanering, färgkombination/utseende, miljö, receptanvändning, näring, råvaror, smaksättning, tillagning samt de ätandes inverkan på maten.

2. Bakgrund

I detta kapitel avser vi att redogöra för ett antal begrepp och utifrån inläst litteratur beskriva den fakta som vi anser är relevant för läsaren i denna studie. Kapitlet syftar till att underlätta läsningen av rapporten och att ge ett faktaunderlag för det vi ämnar studera. Genom detta hoppas vi att läsaren kan skapa sig en helhetsbild inom det valda ämnet.

Vi kommer att tydliggöra begreppet kvalitet och redogöra för produktkvalité samt objektiv kvalitet. Vidare kommer vi att fördjupa oss i de sensoriska egenskaperna och matens kvalitet inom äldreomsorgen. Slutligen kommer vi att redogöra för tidigare forskningsstudier inom området.

2.1 Begrepp

Huvudkomponent är proteinkällan i en måltid.

Beredningsgrad innebär i vilken utsträckning man bereder och tillagar råvaror.

Lågtemperering är en tillagningsmetod där livsmedlet tillagas på låg temperatur i ugn.

Husmanskost är svensk traditionsenlig mat.

2.2. Definition av kvalitet

Kvalité betyder beskaffenhet, värde och egenskap som kommer från det latinska ordet ”gualitas”. Nedan följer ett antal exempel på definitioner av kvalitetsbegreppet som beskrivs enligt B. Bergman och B. Klefsjö, 2007.

”Uppfyllande av satta krav”.

”Kvalitet hos en produkt är förmågan att tillfredställa, och helst överträffa, kundernas behov och förväntningar”.

”Den grad till vilken inneboende egenskaper uppfyller krav, dvs. behov eller förväntningar som är angiven, i allmänhet underförstådd eller obligatorisk”.

En annan definition som finns beskrivet av Foskett och Ceserani (2007) är följande:

”Vad som kännetecknar en produkts kvalitet är dess förmåga att tillfredställa uttalade och underförstådda behov, och en produkt eller tjänst som är fri från defekter.

Dessa ovan nämnda definitioner är enbart ett fåtal exempel och det förekommer alltså en mängd definitioner av kvalitetsbegreppet som är formulerade utifrån olika perspektiv och synsätt.

Kvalitetsbegreppet kan vidare delas upp i objektiv - och subjektiv kvalitet. Objektiv kvalitet är mätbar och sammankopplas med *producentperspektivet*. Subjektiv kvalitet är viktigt ur *kundperspektivet* och utgår från hur kunden upplever produkten (Bergman & Klefsjö, 2007).

2.4. Objektiv kvalitet

Objektiv kvalitet görs genom analyser och mätningar för att testa en produkts egenskaper, som exempelvis en produkts utseende. Kungliga Skogs- och Lantbruksakademien (2002), har listat fyra huvudgrupper med tillhörande kriterier som omfattar begreppet livsmedelskvalité.

Inom dessa huvudgrupper utgör *objektiv kvalitet* en grupp. Objektiv kvalitet innehåller följande kriterier; sensorisk kvalitet, hygienisk kvalitet, näringskvalité och funktionell kvalitet.

2.4.1. Sensorisk kvalitet

Människans fem sinnen; syn, hörsel, lukt, smak och känsel, fungerar som analysinstrument och det är genom dem som våra upplevelser skapas när vi äter (Jonsson et al., 2007). Den sensoriska kvalitén innebär hur människan med hjälp av sina fem sinnen, uppfattar livsmedel, färdiga måltider och miljön runt omkring.

En produkts framgång är alltid avgörande för hur den uppfattas av konsumenten och därför utförs oftast mätning av produkters kvalitet av människan och de fem sinnena som mätinstrument. Sådan typ av mätning genomförs exempelvis vid utvecklingsarbete av nya produkter.

Genom *objektiv mätning* mäts kvalitetsmässiga skillnader mellan exempelvis olika produkter. En sådan mätning ger svar på om och vilka skillnader som föreligger genom ett så kallat skillnadstest. Hur produkterna sedan skiljer sig åt visas genom ett så kallat beskrivande test.

2.4.2. Hygienisk kvalitet

Hygienisk kvalitet innebär att livsmedel och produkter som produceras ska vara säkra för konsumenten (Kungliga Skogs- och Lantbruksakademien, 2002). Hygienisk kvalitet innefattar även ett livsmedels hållbarhet. Enligt lagstiftning är alla livsmedelsföretag skyldiga att följa de lagar som finns för att garantera och upprätthålla säkra livsmedel. Enligt lagstiftning om livsmedelssäkerhet är alla som driver någon form av livsmedelsföretag skyldiga med egentillsyn i den egna verksamheten. Detta bygger på ett utformat kontrollprogram och identifiering av kritiska moment som föreligger i produktionskedjan, så kallad HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points). Spårbarheten, det vill säga förmågan att kunna spåra eventuella problem som förorsakats av ett livsmedel, är även en viktig aspekt. Detta gäller för samtliga aktörer, från leverantör till konsument. Hygienisk kvalitet innebär också att livsmedel ska säkras genom en fullständig märkning samt att allergiframkallande ämnen inte får förekomma i livsmedlet.

Att upprätthålla en hög hygienisk kvalitet är viktigt för att undvika det som kan orsaka problem och göra livsmedel otjänliga. Det förekommer olika typer av mikroorganismer i form av exempelvis bakterier, mögelsvampar och virus som både förstör livsmedlet och kan göra konsumenten sjuk vid förtäring.

2.4.3. Näringskvalité

Näringskvalité innebär hur innehållet av näringsämnen och den kemiska sammansättningen är i en råvara eller produkt (Jonsson et al., 2007). Näringsämnen i maten är nödvändiga för människan för bland annat kroppens normala funktioner och tillväxt. För att människan ska kunna tillföra sig näringsämnen är näringskvalitén i vår föda viktigt eftersom den avgör hur fullvärdig kosten blir. Enskilda råvaror och produkters näringsinnehåll och sammansättning avgör dock inte huruvida födan är fullvärdig och täcker näringsbehovet.

Måltidssammansättningen, det vill säga hur man väljer att kombinera en måltid, är en betydligt större avgörande faktor. Svenska Näringsrekommendationer, SNR, innehåller bland

annat rekommendationer och riktlinjer för dagligt intag av olika näringsämnen. I rekommendationerna finns även riktlinjer för hur en näringsriktig kost bör vara sammansatt.

2.4.4. Funktionell kvalitet

Med funktionell kvalitet avses en råvara eller ett livsmedels sammansättning och mätbara egenskaper (Kungliga Skogs- och Lantbruksakademien, 2002). Exempel på mätbara egenskaper är pH och färg. Andra egenskaper är exempelvis form och uppbyggnad. Egenskaper som dessa har stor betydelse vid både tillverkning av livsmedel och vid tillagning. Under produktionskedjan från råvara till färdig produkt, genomgår de flesta livsmedel många processer och beredningsgrader. Dessa olika typer av processer och beredningsgrader på livsmedel kan påverka kvalitén på råvaran eller livsmedlet och förändra dess egenskaper. Att anpassa produktionen till råvarans och produktens egenskaper är därför viktigt för att uppnå en optimal funktionell kvalitet. Man kan alltså bestämma ett livsmedels egenskaper och därmed dess funktionella kvalitet genom att tillämpa olika berednings- och tillverkningsätt.

2.3. Produktkvalitet

Att uppnå god kvalitet på mat i måltidsverksamheter innebär att leva upp till de behov som gästen har samt att ständigt överträffa gästens förväntningar (Sveriges Kommuner och Landsting, 2006). Produktkvalité innebär hur väl produktens egenskaper stämmer överrens med de krav som ställs på produkten. Med produkt menas i detta sammanhang råvara till färdig måltid.

Att uppnå god kvalitet på produkten innebär bland annat att beakta följande aspekter; energi- och näringsinnehåll, livsmedelssäkerhet, livsmedelshygien, variation, valmöjligheter, smak, sensorik, utseende, måltidsmiljö, hälsoaspekter samt etniska, medicinska och kulturella aspekter. Att förstå betydelsen av begreppet produktkvalité är en förutsättning för att kunna ställa rätt krav på råvaran.

Att bestämma ett livsmedels kvalitet, föreligger oftast en sammankoppling av olika egenskaper som måste tas i beaktning (Jonsson, Marklinder, Nydahl & Nylander, 2007). Ett livsmedels egenskaper är antingen *enkla* eller *sammansatta*. Med enkla egenskaper menas t.ex. livsmedlets vattenhalt eller proteinhalt. Egenskaper som är sammansatta är t.ex. livsmedlets energi- eller näringsinnehåll. Den *totala kvaliteten* värderas sedan genom en sammanvägning av de olika värdena av varje egenskap.

Genom kunskap och medvetenhet om de enskilda livsmedels egenskaper, kan på så sätt både tillverkningen av livsmedlet och matlagningen utföras på rätt sätt och därigenom kan en optimal produktkvalité uppnås (Sveriges Kommuner och Landsting, 2006).

Produktkvalité är för många ett diffust och sammansatt begrepp och har en mångfald av olika definitioner (Jonsson et al., 2007). Hur ett livsmedel används är också kopplat till dess kvalitet. Vad som menas med produktkvalité, uppfattas olika av alla individer. För en del innebär det, som tidigare nämnts att produkten kan motsvara uppsatta förväntningar. För andra förknippas produktkvalité med tillverkningsättet/ produktionsättet.

Den internationella standarden har upprättat en ny standard för livsmedelssäkerhet, ISO 22000 (Sveriges Kommuner och Landsting, 2006). Syftet med standarden är att den kan utnyttjas av alla som har någon typ av anknytning till livsmedelshandling och till företag

inom livsmedelsbranschen. Vidare ska standarden användas som hjälpmedel för att uppnå en säker mathantering samt att underlätta arbetet för kvalitetssäkrade produkter. Standarden kan användas som en del i kvalitetsarbetet eller ingå i hygienarbetet i verksamheten.

2.5. Sensoriska egenskaper som påverkar matens kvalitet

Människans grundläggande värderingar har en stor betydelse av för hur mat och måltider uppfattas (Mattson-Sydner, 2002). Andra aspekter som spelar in är ekonomiska och sociala förutsättningar. Människans inställning till mat har konstruerats genom exempelvis familjen eller geografiska förhållanden. Det som skiljer människans uppfattningar åt om mat och måltider är hur den ska tillredas och serveras.

Kundernas uppfattning om maten är en viktig del för att verksamheter kan säkerhetsställa att maten som serveras är omtyckt (Spears & Gregoire, 2007). Ett exempel är att för att veta om matsedelsplaneringen är bra är att genomföra en analys av vad kunderna tycker med hjälp av exempelvis enkäter. Detta i sin tur är en bra grund för matsedelsplanering då det kan vara ett steg till att ge kunderna vad de önskar. Vid matsedelsplanering är de faktorer som väger tyngst följande; allergier, överkänslighet, säsongens råvaror, förrådskapacitet samt att skapa en balans mellan nya moderna rätter och traditionella rätter (Foskett & Ceserani, 2007).

Vid planering av en matsedel är det många aspekter att väga in. Några av dem är att tillaga maträtter utefter den utrustningskapacitet som finns i köket och efter den budget som finns (Spears & Gregoire, 2007). Vidare ska matsedeln vara tilltalande till den publik den är riktad mot samt att beakta de trender som finns på marknaden och om man kan adaptera några. Det som är den drivande faktorn till menyplaneringen är att gästerna är nöjda med den mat som serveras. De två viktigaste faktorerna för kunden är smak och utseende.

Att utgå från recept vid planering av tillagning kan innebära en ekonomisk fördel då portionspriset på maten kan beräknas. Det finns många andra olika anledningar till varför man ska tillämpa recept. En väsentlig anledning är att utgå från standardrecept som är utformat med instruktioner om råvaror, tillvägagångssätt, temperaturanvisningar med mera för att anpassa den verksamhet till kundutbudet som köket lagar mat till.

Recept används som hjälpmedel vid inköp av råvaror i samband med beställning av mat då mängden på inköpen ska bli korrekt samt att rätt varor beställs. En annan aspekt är att det underlättar för kockarna om de vet vilka livsmedel som är inköpta.

Budget är en annan aspekt i samband med menyplanering då verksamheter bättre kan kontrollera sin ekonomi genom att inte överproducera mat. Detta sker genom att kalkylera hur många portioner som behövs lagas utefter receptet. Det går även att spara pengar genom bättre kontroll på förråden.

Att använda recept menar Spears och Gregoire (2007) medför att produktiviteten i köket ökar genom att receptet instruerar till bland annat vilken köksutrustning som bör användas samt tillvägagångssättet i tillagningen. Genom att använda recept kan även standarden på matens kvalitet garanteras vid varje tillagning eftersom man utgår från ett standardrecept vid varje tillagningstillfälle.

Receptanvändning medför en ökad spårbarhet genom att man kan identifiera matens innehåll, vilket är viktigt vid exempelvis olika specialkost och allergier. Att näringsberäkna recept är en annan aspekt om kunder önskar att få information om matens innehåll.

Att variera smaker i kombination med vällagad och god mat är förutsättningar för att maten ska bli omtyckt (Livsmedelsverket, 2011). Genom att tillsätta olika smakförhöjande livsmedel som exempelvis peppar eller riven ost, kan medföra positiv påverkan genom stimulation av lukt- och smaksinnet. Andra livsmedel som höjer smaken i maten är salt, soja, citronsaft och vinäger

Att anpassa tillagning efter en råvara eller ett livsmedels olika egenskaper och sammansättning är en viktig aspekt. Näringsinnehållet och smakerna kan på så sätt bevaras på bästa sätt samt att konsistensen på maten blir så optimal som möjlig (Jonsson et al., 2007). När det kommer till tillagningsmetoder är tillagning i ång- och varmluftsugn en relativt ny tillagningsmetod. Med ång- och varmluftsugnar kan livsmedel dels ångkokas eller tillagas i varmluft (Danowska-Oziewicz, Karpińska-Tymoszczyk & Borowski, 2007).

Fördelen med att använda en ång- och varmluftsugn som tillagningsmetod är att den bevarar ett livsmedels näringsvärde samt att den behåller ett livsmedels sensoriska egenskaper. Andra fördelar är att känsliga livsmedel kan tillagas samt att man kan undvika att livsmedels aromer överförs till andra känsliga livsmedel. Vid värmebehandling av livsmedel, påverkar olika matlagningsmetoder livsmedels olika egenskaper och beroende på tillagningsmetod leder det också till näringsförluster. Exempelvis är vitamin C ett av de vitaminer som genom forskning är känt för att vara instabilt och därmed ger stora förluster. Detta exempel visas ofta i samband med studier om kvalitet på kokta grönsaker (Danowska-Oziewicz et al., 2007).

Att producera och distribuera mat kräver mycket energi och hur vi hanterar maten bidrar också till olika miljöeffekter som exempelvis försurning och övergödning i naturen (Folkhälsoguiden, 2006). Maten står för en femtedel av Sveriges totala energianvändning och en del av jordens miljöproblem är relaterat till det vi äter. Genom att välja närproducerad mat samt att köpa mat efter säsong, är ett sätt att bidra till att minska miljöpåverkan genom att transporter minskas och därigenom minskas även utsläpp (KRAV, 2011). Andra aspekter som bidrar till en minskad miljöpåverkan är att välja ekologiska livsmedel. Vid produktion av ekologiska livsmedel används inget konstgödsel, inga kemiska medel och djur vistas utomhus. Vid ekologisk produktion används inte genetiskt modifierade organismer.

Genom att medvetet göra olika livsmedelsval, kan man aktivt bidra till en minskad miljöpåverkan (Folkhälsoguiden, 2006). Att anpassa frukt- och grönsaksvalet efter säsong samt att välja en större andel rotfrukter från Sverige istället för salladsgrönsaker som tomat och gurka, kan minska transporter. En annan aspekt är att livsmedelskvaliteten blir bättre.

Att minska på köttkonsumtion, som vid produktion är en energikrävande process, och istället äta en större andel vegetabiliska livsmedel är ett annat livsmedelsval som medvetet kan göras för att minska miljöbelastningen (Folkhälsoguiden, 2006). Genom att minska andelen köttkonsumtion, kan det ersättas med större andel baljväxter som i sin tur är mindre energikrävande.

När det gäller olika köttslag bör man exempelvis välja betesnöt och lamm för att bevara det svenska odlingslandskapet (Jonsson et al., 2007). Andra betydelsefulla åtgärder som innefattar klimatsmarta matval är att ersätta ris med exempelvis matvete och välja ägg från frigående utomhushöns.

Att köpa MSC- märkta fisk- och skaldjursarter, är också ett sätt att göra ett miljömedvetet val. MSC (Marin Stewardship Council) arbetar bland annat för att bevara mångfalden av fisk- och skaldjur. MSC miljömärker och certifierar fisk och skaldjursarter (WWF, 2010).

Även KRAV-märkta fisksorter är ur miljösynpunkt ett bra alternativ. KRAV-märket innebär att producenten måste följa och uppfylla olika krav i produktionen för att få märka sina produkter med KRAV (KRAV, 2011). KRAV-märket står bland annat för regler om vildfångad fisk, där bland annat låg klimatpåverkan och spårbarhet är viktiga delar.

2.6. Matens kvalitet inom äldreomsorgen

Nedsatt aptit och undernäring är vanligt bland äldre och därför är det viktigt att tänka på både smaker, dofter och att matgästen får i sig tillräckligt med energi och näring, vid menyplanering (Livsmedelsverket, 2011). Eftersom aptiten ofta sjunker med åldern är det viktigt att komponera små portioner men med måltider som innehåller en tillräcklig mängd energi och näring. För att uppnå en god hälsa är en av utgångspunkterna att man har ett bra näringstillstånd. Genom att tillgodose näringsbehovet minskas risken för kostrelaterade sjukdomar.

Näringstillståndet kan komma i störning då intaget av mat inte är i balans med omsättningen, vilket även kan hända hos människan vid en del sjukdomar (Livsmedelsverket, 2003). Många sjukdomar kan leda till mindre fysisk aktivitet, förlorad aptit och smak. Något som även kan påverka aptiten är måltidsmiljön då en dålig sådan kan minska aptiten. Många äldre lider av olika sjukdomar eller är i riskzonen för sjukdomar och då kan maten vara en viktig del i behandlingen.

Äldres energiutgifter består av två olika delar, dels är det genom fysisk aktivitet och dels genom basal energiåtgång (Livsmedelverket, 1998). Basal energiåtgång är den energiåtgång som krävs för att bevara kroppsvärmen samt för att kroppens organ ska kunna fungera korrekt. I och med det kända energibehov som föreligger hos äldre samt de olika faktorer som påverkar till en minskad aptit, har rekommendationer upprättats för äldre när det gäller måltidsordning. Dessa består av tre huvudmål och två till tre mellanmål om dagen. För att få en jämn måltidsspridning med avseende på dels tider och dels nattfasta är rekommendationerna en bra riktlinje att följa.

Vid planering av måltider för äldre är det viktigt att den näringsvärdesberäknas och överensstämmer med de rekommendationer som finns enligt ESS-gruppen (expertgrupp för samordning av sjukhuskost). Dock är det inte alla aspekter som behöver efterföljas dagligen. När det kommer till energivande näringsämnen skall de uppfyllas dagligen för varje måltid (Livsmedelsverket, 2003). De övriga näringsämnena så som vitaminer och mineraler skall uppfyllas under en vecka. Vid planering av måltider efter rekommendationerna är det viktigt att ta hänsyn till det svinn som uppstår vid preparering och vid varmhållning. En faktor som kan påverka helhetssynen av matens kvalitet och att den är tillräckligt varierad är att utgå från årstider och de behov som målgruppen har vid planering av maten. För att uppnå bra variation på en grundmatsedel underlättar det om den minst är utformad för fyra till fem veckor.

Att variera maten är viktigt för att göra den attraktiv för matgästen (Livsmedelverket, 1998). En bra variation är att erbjuda köttretter i form av grytor och färsrätter två till tre dagar i veckan men även att servera en korvrett eller soppa. Fisk rekommenderas att servera två till tre gånger per vecka. För äldre är även potatismos väldigt omtyckt, vilket även är väldigt lätt att berika på naturlig väg med lite extra matfett om man vill göra måltiden energitätare. Grönsaker bör serveras till varje måltid och varieras i möjligaste mån mellan olika sorter. På grund av muntorrhet som många äldre lider av bör man servera sås, vilket gör att maten blir

mer lättätlig. När det kommer till tillbehör till måltiden som exempelvis lingonsylt och smörgåsgurka, bör man använda sig av detta till de rätter det passar då det ger färg i måltiden.

Vid planering av måltider, speciellt för äldre, är det viktigt att tänka på livsmedelsvalen. Det gäller att kunna anpassa livsmedelsvalen efter de äldres smaker och behov (Livsmedelsverket, 2011).

Ett känt problem bland äldre är tugg- och sväljsvårigheter vid matintag. Kokta eller stuvade grönsaker underlättar tuggandet, till skillnad mot råa grönsaker.

Frukt och bär ger mycket färg och smak på maten som i sin tur kan öka aptiten. Andra goda egenskaper hos frukt och bär är deras rika innehåll på mineraler, vitaminer och fibrer som är bra för kroppen och dess olika funktioner. För äldre kan det vara lättare att tugga och svälja konserverad och tillagad frukt, vilket kan vara viktigt att tänka på.

Potatis, spannmål och ris är baslivsmedel som oftast serveras tillsammans med huvudkomponenten i en måltid. Många äldre äter potatis till alla måltider och därför kan det vara viktigt att alltid kunna erbjuda potatis som ett alternativ till alla rätter. För många äldre från andra kulturer är couscous, ris och bulgur ett vanligt baslivsmedel och därför bör något av dessa finnas som ett alternativ till exempelvis potatis.

Eftersom köttprodukter kan vara svårt för äldre att tugga och svälja är det viktigt att vid menyplanering välja malt kött eller kött i bitar. Köttets konsistens går även att påverka genom tillagningen.

För att öka energiinnehållet i en måltid är mjölk och mejeriprodukter med högre fetthalt bra baslivsmedel. Fördelen är att portionsstorleken då inte behöver bli större (Livsmedelsverket, 2003). Mjölk och mejeriprodukter är även en viktig källa till vitaminer och mineraler som exempelvis kalcium som bland annat förebygger benskörhet hos äldre (Abrahamsson, 2006).

I takt med stigande ålder förändras våra smak- och luktsinnen. För många äldre uppfattas matens smaker och dofter på ett annorlunda sett eller i mycket liten utsträckning. Förutom åldern kan även sjukdomar och medicin ge negativ inverkan på lukt- och smaksinnet (Livsmedelsverket, 2011). Vid tillagning av måltider för äldre är det därför viktigt att ta hänsyn till både smaksättning och kryddning efter de äldres vanor och önskningar.

Det finns många faktorer hos äldre som påverkar förmågan att uppfatta smaker. Det som sker är antingen smakbortfall eller förändringar i hur man uppfattar smaker. En viktig aspekt för äldre när det kommer till smak, är närvaron av dryck. Förekomsten av vatten i munnen gör att smakerna löses upp från maten och kan då utvecklas. En del av grundsmakerna minskas uppfattningen av, särskilt salt och sött. Detta gör att det ibland krävs mer kryddning för att smakerna skall uppfattas. Att man har hört ordspråket ”det smakade bättre för” är därför en naturlig uppfattning hos de äldre. Mat och kostbehandling för äldre (1998) refererar till ett citat som lyder:

”Mat i en torr mun smakar ingenting!”

(Livsmedelverket, 1998)

Vid kryddning och smaksättning av mat är det dock viktigt att ta reda på vilka kryddor som de äldre kan äta (Livsmedelsverket, 2011). En del starka kryddor innebär svårigheter för äldre att äta maten och kan i vissa fall leda till smärta. Detta beror på att många äldre lider av sköra slemhinnor.

Färgkombinationer är en mycket viktig del i en måltid då människans synsinne bidrar till hur mat upplevs (Livsmedelverket, 1998). Om maten exempelvis portioneras upp på tallriken på ett slarvigt sätt, blir intrycket av måltiden negativ och aptiten försämras. Det är viktigt att tänka på hur måltiden presenterar då många äldre har nedsatt syn (Nestor FoU-center, 2009).

Det finns utformade rekommendationer om att äldre bör kunna vara med att påverka planeringen av maten (Livsmedelverket 1998). Antonovsky (1991) menar att äldre kan skapa sig livsglädje om de får vara delaktiga och uppleva att de har valmöjligheter. Genom att äldre får påverka måltiden, innebär det en känsla av meningsfullhet och delaktighet. Även Gullacksen (2010) poängterar att det är viktigt för de äldre att fatta egna beslut och kunna påverka för att uppfylla sina egna önskemål. Detta är grunden för att de äldre ska uppleva en drivkraft inom sig.

2.7. Tidigare forskning om betydelsen av sensoriska egenskaper

Forskning visar att både smak och lukt påverkar hur en måltid upplevs (Hollis & Henry, 2007). Om maten varken smakar eller doftar, stimuleras inte dessa sinnen och därmed kan även aptiten försämras. Forskning visar även att mat som stimulerar sinnen påverkar konsumtionen av mat genom att det uppmuntrar till att prova och välja andra livsmedel i måltiden och främjar därför till en varierad kost.

En norsk studie har gjorts där syftet bland annat var att undersöka näringsbehovet hos äldre samt att studera hur måltidsordningen var anpassad efter de äldres behov (Sortland & Skjegstad, 2009).

I studien undersöktes också huruvida de äldre kände sig nöjda och tillfredställda med maten samt om det fanns en medvetenhet om de äldres näringsbehov hos de vårdansvariga. Resultatet visade att: i tio av de arton mätningar som gjordes hade de äldre ett för lågt energiintag, vilket kunde leda till undernäring. Intaget av en del vitaminer och mineraler som vitamin C och D samt järn, var för lågt. Majoriteten av de äldre var nöjda med måltidsordningen.

Hollis och Henry (2007) undersökte hur en grupp av äldre personers födointag påverkades av en ökad variation på mat. Detta gjordes genom att de äldre fick äta fyra på varandra följande smörgåsar, vid två tillfällen. Gruppen delades in genom att några av de medverkande personerna fick samma typ av smörgås medan de andra i gruppen fick olika typer av smörgåsar. När smörgåsarna serverades, blev deltagarna ombudda att äta så mycket de ville av smörgåsarna. Resultatet visade att de som hade fått olika typer av smörgåsar och då var varierade, åt också mer än de som fick likadana smörgåsar att äta. I studien kom även fram att om lukt- och smaksinnen stimuleras, uppmuntrar det till en ökad variation på maten. Variation på maten kan i sin tur innebära en mer näringsmässigt balanserad kosthållning.

När det gäller de äldres inverkan på maten har en studie gjorts då man bland annat har studerat hur pass stort inflytande de äldre hade på matsedeln i ett äldreboende (Johannsson & Reznici, 2010). I studien kom även fram att äldres påverkan på maten hade minskats mer och mer med tiden. Anledningen till detta var att de äldre tidigare hade haft stort inflytande på maten genom att de själva hade fått bestämma vad de ville äta men att detta hade framkallat stor förvirring då många av de äldre glömt bort vad de hade ätit tidigare samma vecka.

Hellström och Sundbladh (2009) har studerat receptanvändning och de främsta orsakerna till varför man använde recept vid tillagning. Resultatet visade att de främsta anledningarna till

att recept användes var för att det skapade en trygghet, att det användes efter chefens önskan samt för att det skulle vara ett hjälpmedel för vikarier. Studien genomfördes genom en enkätundersökning på bland annat köksbiträden, kockar och en kostchef. Enkätundersökningen visade även att 25 % av de svarande hade som rutin att använda recept och att 45 % använde recept för det mesta.

I en annan studie undersöktes vilka faktorer som styr matsedelsplanering i äldreomsorgen. De faktorer som vägdes tyngst var variation, säsong, gästernas behov, budget, personalkapacitet, utrustningsmöjligheter, färgkombination, målgrupp och matens utseende (Carlsson & Gustavsson, 2003).

När det kommer till matens färg har forskning gjorts inom området som påvisar att matens färg är ett bra verktyg för marknadsföring av maten (Garber & Lawrence m.fl., 2000). Färgsättningen bär många associationer och symboliska värden. Forskning säger även att färgsättningen hänger ihop med smakidentifieringen på råvaror och mat.

I en studie jämfördes hur ett visst antal utvalda livsmedel påverkades av dels tillagning i ång- och varmluftsugn samt i jämförelse med traditionella matlagningstekniker så som kokning och stekning (Danowska-Oziewicz, et al., 2007). Resultatet visade att ugnsmatlagning är gynnsamt ur ett näringsperspektiv då de livsmedels som tillagades i ugn behöll mer protein under tillagningen. Även innehållet av vitamin C var högre i de grönsaker som tillagades i ugn.

När det kommer till forskning inom ekologiskt mat har en studie gjorts där man bland annat har mätt bekämpningsmedelsrester i konventionellt odlade frukter och jämfört dessa med ekologiskt odlade (Giuseppina & Vianello, 2010). Studien visade att en tredjedel av de konventionellt odlade livsmedel som mättes innehöll bekämpningsmedelsrester i jämförelse med ekologiskt odlade, som enbart var hälften av detta. Forskningen visade att 82 % av konventionellt odlade frukter innehöll insektsmedelsrester.

I en annan tidigare forskning undersöktes mängden av antioxidant aktivitet i ekologisk och konventionellt odlade blåbär. Resultatet visade att de ekologiskt odlade blåbären innehöll större mängd av antioxidanter (Giuseppina & Vianello, 2010).

2.8. Sammanfattning av bakgrund

Både näringsmässigt och ur sensorisk synpunkt är bra kvalitet på mat inom äldreomsorgen en förutsättning. Nedsatt aptit och undernäring är vanligt bland äldre och därför är det viktigt att tänka på både smaker och dofter på maten. Forskning visar att både smak och lukt påverkar hur en måltid upplevs då aptiten kan försämrans om dessa sinnen inte stimuleras.

Det som är den drivande faktorn är att matgästen skall vara nöjd med den mat som serveras. Att variera maten är också en viktig del för att göra den attraktiv för matgästen.

3. Syfte

Syftet är att utifrån objektiv kvalitet undersöka och jämföra hur fyra produktionskök, inom den kommunala äldreomsorgen, arbetar med sensoriska egenskaper på mat.

3.1. Frågeställningar

- Hur arbetar produktionsköken för att uppnå god kvalitet på mat?
- Hur arbetar produktionsköken med de sensoriska aspekterna från råvara till färdig måltid?
- Vilka skillnader finns mellan de olika produktionsköken med avseende på hur de arbetar med kvalitet på mat?

4. Metod

I detta kapitel kommer vi att inledningsvis beskriva genomförandet av vår studie. Vidare kommer vi att redogöra för metodval där vi bland annat, kommer att tydliggöra för vad en kvalitativ studie är, ge kort fakta om intervjuteknik samt redogöra för en del aspekter kring datainsamling. I metodvalen kommer vi även att motivera val av metod samt vilken tillförlitlighet metoden har.

Vidare kommer vi att beskriva urvalet och genomförandet av analys av intervjuer samt analys av matsedlarna.

4.1 Genomförande

Studien genomfördes i fyra kommunala äldreboenden. Det krav vi ställde på de äldreboenden som skulle ingå studien, var att det i varje äldreboende fanns ett tillagningskök med anslutande restaurang eller matsal. De personer som vi genomförde våra intervjuer på var fyra kostchefer samt en köksmästare som ansvarade för köken inom varje verksamhet. Kontakt med kostcheferna gjordes per telefon då vi informerade dem om studien och dess syfte samt frågade om de var villiga att delta i studien.

Vi formulerade intervjufrågor med utgångspunkt från syftet och frågeställningarna. Intervjufrågorna var upplagda genom att de första frågorna behandlade information om verksamheterna och intervjudeltagarna. Resterande frågor berörde de sensoriska aspekterna inom objektiv kvalitet.

Intervjuerna i två av verksamheterna valde vi att dela upp emellan oss. Tiden att genomföra varje enskild intervju, planerade vi skulle ta upp till två timmar. Tre av intervjuerna tog en och en halv timme medan en av intervjun pågick i en timme. Vid tre av intervjuerna användes ljudinspelning samt att vi förde anteckningar. Vid en av intervjuerna fördes enbart anteckningar. För att använda oss av ljudinspelning, frågade vi de medverkande personerna om tillåtelse för detta.

4.1. Metodval

Vi valde att genomföra en kvalitativ studie i form av en fallstudie. Som Backman beskriver i boken *Rapporter och uppsatser* (2008), kan en fallstudie vara explorativ (undersökande) eller deskriptiv (beskrivande). Vår studie var en explorativ fallstudie då vårt syfte var att undersöka olika verksamheterna och göra en jämförelse mellan dessa. Vidare genomfördes en fallstudie då vi undersökte olika fall (verksamheter).

Trost (2010) anser att om studien syftar till att undersöka ett handlingsmönster samt hur personer resonerar, är kvalitativa intervjuer en lämplig metod att använda. Då vi främst ville studera olika sensoriska egenskaper, ansåg vi att den kvalitativa intervjun passade undersökningen bäst.

Datainsamling i en kvalitativ studie består vanligen av kvalitativa intervjuer där bearbetning och analys av dessa är en tolkning utifrån exempelvis en textmassa (Patel & Davidson, 2003).

Vi kontaktade kostcheferna, som vi skulle genomföra våra intervjuer på, per telefon. Vid detta tillfälle berättade vi om studien och förklarade vårt syfte. Vidare beskrev vi målet med att genomföra intervjuerna. Vi angav även hur lång tid som vi beräknade att intervjuerna skulle ta att genomföra.

Att informera intervjupersonen om studien och tidsberäkningen för genomförandet, är viktigt dels för att intervjupersonen får möjlighet att fundera över sin medverkan och dels för att förstå syftet med intervjun och varför dennes medverkan är viktig (Lantz, 2007). Intervjuns tillförlitlighet är även en avgörande faktor för detta. Om intervjupersonen är villig att medverka, sker en överrenskommelse mellan intervjuaren och intervjupersonen.

Vid vilken tidpunkt och dag intervjuerna skulle äga rum anpassades efter de medverkande personerna. Då samtliga kostchefer som vi kontaktade var positiva till vår studie och ville medverka, blev det inget bortfall.

Vi valde att genomföra samtliga intervjuer på intervjupersonernas arbetsplatser då vi ansåg att det skulle ge oss större inblick i hur de olika verksamheterna arbetade. Genom att intervjua ansåg vi att vi skulle få utförligare svar än av någon annan form av metod. Något annat som vägdes in var att vi kunde observera kroppsspråket på de intervjuade personerna.

När det kommer till arbetsplatsintervjuer ger detta en större inblick i den miljö intervjudeltagarna arbetar i samt att intervjuaren kan skapa sig en bild av verksamheten (Widerberg, 2002). På detta vis erhålls ett helhetsintryck och en uppfattning kring verksamheten, vilket kan vara en fördel till analysen.

När det gäller intervjufrågorna, inleddes dessa genom att de formulerades så att vi kunde få reda på väsentlig information om verksamheterna samt för att få en kort bakgrundsinformation om varje intervjuperson. Lantz (2007) menar att en intervju ska inledas med att ta reda på bakgrundsvariabler, det vill säga sådan typ av bakgrundsinformation som exempelvis ålder, utbildning och yrkesbefattning av intervjupersonen som kan underlätta förståelsen i olika perspektiv i samband med intervjun.

Standardisering av intervjufrågor innebär i vilken bredd intervjufrågorna skapar utrymme för intervjupersonerna att uttrycka sig (Patel & Davidson, 2003). Man skiljer mellan låg standardisering respektive hög standardisering (Trost, 2010). Det förstnämnda innebär att intervjufrågorna ställs på sådant sätt att dialogen bli öppen och att följderna på frågorna ställs där de passar in. Hög standardisering innebär en striktare ordningsföljd där utrymmet för intervjupersonens egna uttalanden är begränsat. Det är även viktigt att använda samma tonfall genom hela intervjuns gång.

Standardiseringen på våra intervjuer ansåg vi vara tämligen låg eftersom vi gav kostcheferna fritt utrymme att svara på frågorna med deras egna ord samt att diskussioner förekom. Dock hade vi strukturerade frågor som ställdes i någorlunda ordningsföljd. Vi kan inte heller garantera att samma tonfall användes vid uppläsning av frågorna.

Före intervjuerna tillfrågades kostcheferna om deras godkännande att intervjuerna spelades in. Kostcheferna informerades att intervjumaterialet inte används till andra ändamål än till att arbeta ut resultatet ifrån. Detta var något som gjordes utefter de forskningsetiska principerna (Vetenskapsrådet, u.å.). Tre av intervjuerna spelades in. På grund av yttre omständigheter fanns ingen möjlighet till ljudinspelning på den fjärde intervjun.

Genom att använda flera olika tekniker vid dokumentation är möjligheten större till flera vinklar i analysen (Lantz, 2007). En annan aspekt är att det underlättar med ljudinspelning då det är svårt att vara lyhörd och rikta fokus på intervjupersonen parallellt som anteckning förs. Oftast hinner inte intervjupersonen skriva ned allt som intervjupersonen säger.

När det gäller tillförlitligheten av vår studie är det svårt att generalisera utifrån resultatet då vi enbart undersökt fyra verksamheter. Därmed kunde vi enbart diskutera de fall som vi undersökt (Patel & Davidson, 2003).

4.2. Urval

Att genomföra fyra intervjuer förespråkar Trost (2010) i sin bok kvalitativa intervjuer. Enligt honom innebär många intervjuer att datainsamlingen kan bli allt för omfattande. Vidare poängteras att för mycket data kan innebära att viktiga detaljer förbises.

Vi valde att intervjua kostchefer eftersom de har det övergripande ansvaret över maten i verksamheterna och är väl insatta i kökens funktion och utformning. De verksamheter som vi genomförde studien på, valdes dels på grund av att vi ville genomföra vår undersökning i äldreboenden som tillagade maten på plats med en anslutande matsal. Andra aspekter som påverkade urvalet var att vi redan hade befintliga kontakter i två av verksamheterna. Utifrån den tid som fanns till vårt förfogande samt av bekvämlighetsskäl, kontaktade vi verksamheter i Göteborg och i städer i angränsande län.

Vi valde att inte ange verksamheterna eller de deltagandes namn i studien, deras medverkan skedde under anonymitet. Vi benämner intervjupersonerna till deras profession, det vill säga kostchefer.

4.3. Analys av intervjuer

Datainsamlingen från intervjuerna bearbetades genom att vi sammanställde anteckningarna och ljudinspelningarna. Ljudinspelningarna skrevs ut genom att ordagrant dokumentera varje intervju för de olika verksamheterna. Detta gjorde vi för att underlätta sammanställningen av datainsamlingen samt för att få en sammanhängande text att arbeta efter. Detta är även något som Patel och Davidson (2003) förespråkar.

När det gäller det intervjutillfället som inte spelades in, sammanställdes anteckningarna som skrivits ner under intervjun.

I bearbetningen av sammanställningen, reducerade vi textmassan för att ta fram det som var relevant för den vidare analysen. Lantz (2007) beskriver att datareducering av intervjumaterialet är en viktig del för att få fram det underlag som sedan kommer att användas för den fortsatta analysen. Datareduktion innebär alltså att ta ut och att finna rätt information. Vid datareduktion föreligger dock risken att relevant information inte tas med i den fortsatta analysen, därför är det viktigt att ha frågeställningarna i åtanke vid reduceringen.

Under sammanställningen av textmaterialet behandlades varje intervjufråga enskilt samt att vi kategoriserade svaren och intervjufrågorna efter de olika sensoriska egenskaperna.

Vid bearbetning av textmaterial beskriver Lantz (2007) att man med fördel på något sätt bör kategorisera eller koda innehållet av textmaterialet. Analys och bearbetning av den löpande

texten kan annars bli svårhanterlig. Genom att urskilja textmaterialet genom exempelvis olika kategorier kan materialet bli mer överblickbart.

När det gäller att söka efter olika mönster i intervjuinnehållet, beskriver Lantz (2007) vidare olika praktiska tips för att kunna identifiera dessa. Bland annat menar författaren att man med fördel kan dela in intervjupersonernas svar efter hur lika de är i olika tankesätt genom att fördela svaren utefter olika grupper. Genom att gruppera intervjupersonernas tolkningar efter likhet kan man lättare urskilja skillnader i svaren, som i sin tur kan skapa ett mönster.

4.4. Reliabilitet och validitet

Reliabilitet är kopplad till datainsamlingen då den anger vilken trovärdighet den har (Kihlström, 2007). Genom att använda ljudinspelning vid intervjuer, kan det på så sätt leda till ökad trovärdighet. Alexandersson (1994) menar att ljudinspelning underlättar bearbetningen av intervjumaterialet då det enklare kan återge respondenternas svar. På så vis är det också lättare att citera respondenterna.

Validitet innebär giltigheten med undersökningen. Giltigheten avser bland annat att undersökningen avspeglar det syfte som har utformats för studien (Kihlström, 2007). Vidare menar Alexandersson (1994) att giltigheten också beror på hur intervjun kopplas till studiens område och kontext.

4.5. Etik

Trost (2010) påpekar att de etiska aspekterna är väldigt viktiga vid kvalitativa intervjuer. Han anser att inget arbete är så pass viktigt att man behöver bryta tystnadsplikten. Han poängterar även vikten i att personen man intervjuar skall ge sitt godkännande. Samtidigt som detta sker, anser han att man då skall informera om intervjuens mening och studiens syfte, dock utan att förtälja för mycket.

Att respektera integriteten hos de personer som intervjuas är viktigt (Trost, 2010). Det kan förekomma att intervjupersonerna upplever sig kränkta om citat skrivs utifrån talspråk. Detta kan i sin tur leda till att de personer som kommer i kontakt med arbetet kan identifiera intervjupersoner. De uppgifter som kan redovisas är sådana som behövs för analysen. Även om de intervjuade inte kommer att komma i kontakt med det färdiga arbetet ska det inte vara en anledning till att tänja på de etiska reglerna. Vid användandet av citat kan de omformuleras från talspråk till skrivspråk. Det är dock viktigt att inte förvränga det som är sagt utan att det har samma meningsfullhet samt att ange att citaten är förändrade.

4.6. Innehållsanalys av matsedlar

En empirisk vetenskaplig metod man kan använda för att dra slutsatser eller analysera ett innehåll i någon form av kommunikation är innehållsanalys (Graneheim och Lundman 2004). Exempel på olika kommunikationer är observationsprotokoll och intervjuer.

När det kommer till innehållsanalys finns det två huvudinriktningar. De inriktningarna är den kvantitativa och den kvalitativa inriktningen.

Innehållsanalys kan utföras på olika sätt. Ett alternativ är att studera det som direkt uttrycks i texten. Det är vanligast inom den kvantitativa inriktningen. Det finns ett annat alternativ vilket

är att de som utför studien eller forskningen gör sin egen tolkning av materialet, dock kan djupet på tolkningen kan variera. Detta är den mer kvalitativa inriktningen (Graneheim och Lundman 2004).

Innehållsanalys av matsedlar gjorde vi både gemensamt och enskilt. Vi valde att dela upp analysen i tre steg. I första steget tittade vi på smaksättning. Därefter studerade vi variation och avslutningsvis färgkombinationer. Vidare studerades måltiderna dels vecka för vecka samt att vi tittade på hela den rullande matsedeln.

När det gäller smaksättning studerade vi hur olika smaksättningar användes samt hur pass varierad smaksättningen var.

Vidare studerades hur matsedeln var komponerad genom att vi iakttog hur de olika huvudkomponenterna var uppdelade vecka för vecka för att undersöka hur pass varierad dessa var samt om det fanns någon upprepning. Vi studerade om och i så fall vilka tillbehör som serverades till måltiderna och om dessa varierades.

När det kommer till färgsättning studerade vi hela måltiderna genom att vi iakttog hur måltiderna var komponerade med fokus på såser och grönsaker som färgsättning.

5. Resultat

I detta kapitel avser vi att redogöra för det resultat vi kommit fram till. Inledningsvis görs en kort verksamhetsbeskrivning. Därefter följer resultat av intervjumaterialet vilket är indelat efter de sensoriska aspekterna. Avslutningsvis redovisas innehållsanalys av matsedlar.

5.1. Verksamhetsbeskrivning

5.1.1. Verksamhet 1

Äldreboendet tillagar runt 270 portioner mat varav 80 portioner äts i den anslutande restaurangen. Deras matsedel är rullande på 13 veckor. Köket har en beredningsgrad på 93 procent.

Kostchefen vi har intervjuat är utbildad kostekonom. Hon har arbetet inom restaurangbranschen med mat och service i större delen av sitt liv. Hon arbetade som köksmästare i två år innan hon fick tjänsten som kostchef på samma arbetsplats. Köksmästaren som även intervjuades jobbade som biträde i 13 år. Hon har kock utbildning och har jobbat som det i 18 år. Hon jobbat sedan 2 år tillbaka som köksmästare och gått en KY utbildning till köksmästare.

Kostchefens medarbetare som arbetar i köket har samtliga kockutbildning eller ekonomibiträdesutbildning.

5.1.2. Verksamhet 2

Äldreboendet tillagar runt 250 portioner mat varav antalet portioner som äts i den anslutande matsalen varierar från 15 till 35 portioner. Deras matsedel är rullande på sju veckor. Köket har en beredningsgrad på 75 procent.

Kostchefen började redan i ung ålder att arbeta som köksbiträde. Hon är utbildad kostekonom. Hon har dels arbetat på hälsöhögskolan som kostchef och på AMU (Arbetsmarknads utbildning) där hon utbildade kockar. Hennes tjänst inom den kommunala verksamheten som kostchef har hon haft i 15 år.

5.1.3. Verksamhet 3

Äldreboendet tillagar runt 150 portioner mat varje dag varav 50 portioner äts i den anslutande matsalen. Deras matsedel är rullande på sex veckor. Köket har en beredningsgrad på 75-80 procent.

Kostchefen på äldreboendet är utbildad kostekonom. Hon har sedan 14 års ålder arbetat i restaurangbranschen och har många års erfarenhet i området. I Borås har hon tidigare arbetat som restaurangföreståndare i fyra och ett halvt år innan hon blev kostchef på samma arbetsplats.

En del av kostchefens medarbetare som arbetar i köket har kockutbildning men det finns några medarbetare utan relevant köksutbildning.

Kostchefens medarbetare som arbetar i köket har samtliga kockutbildning eller ekonomibiträdesutbildning.

5.1.4. Verksamhet 4

Äldreboendet tillagar runt 220 portioner varav 40 portioner serveras i matsalen. Matsedeln är rullande på cirka sex veckor och köket har en beredningsgrad på 80 procent.

Kostchefen vi intervjuade är utbildad kostekonom. Hon har totalt arbetat 13 år i branschen och 10 av dem på äldreboendet som vi intervjuade henne på.

Kostchefens medarbetares har olika typer av utbildning. Några av medarbetarna är utbildade kockar med tidigare erfarenheter. Några har gått in som ekonomibiträden utan utbildning men har gått LPA (lärande på arbetsplats) och jobbar nu som kockar.

5.2. Intervjuresultat från samtliga verksamheter

5.2.1. Variation

När det gäller variation på maten svarar alla fyra kostchefer att det är en viktig del. En av respondenterna har sina egna upprättade riktlinjer om hur ofta de serverar olika huvudkomponenter. De sparar alla matsedlar för att undvika upprepning av maträtter. Ett av köken eftersträvar den variation på maten som de som planerar matsedeln själva skulle önska att äta. ”Bara att vi försöker servera mat med den typ av variation som man själv vill ha, och jag är väldigt kritisk så jag tror att det är stor variation här på maten.” För att undvika upprepning på maten har ett av köken valt att ha fler antal veckor i den rullande matsedeln. En av respondenterna nämnde att de främst utgår efter de riktlinjer som finns utformade i livsmedelsverkets informationsbroschyr ”Bra mat för äldre” samt övriga rekommendationer som livsmedelsverkets upprättat. Vidare varierar de huvudkomponenterna utöver veckan för att uppnå bra variation. Flera av intervjupersoner nämnde att de ständigt påverkas och inspireras av nya trender.

Vid planering av nya maträtter uttryckte en av respondenterna att de anpassar menyn efter de äldres behov. Ett av köken anser att det viktigaste är att maträtten tilltalar de äldres smakpreferenser. Andra viktiga aspekter som vägs in vid planering av nya maträtter är hur nya tillagningsmetoder kan förbättra kvalitén på maten. En av respondenterna svarar att det som främst avgör planeringen av nya maträtter är de äldres behov. ”Det är återigen klientelet som styr, vi försöker helt enkelt prova oss fram på lite nya maträtter och då ser man ju om man får respons och kan då fortsätta med den maträtten.”

På fråga om hur ofta huvudkomponenterna serveras anger ett av köken att deras rutin är att fisk serveras varje dag med undantag för högtider. Kött och fågel varierar olika för varje dag. Två av respondenterna uttryckte att de serverar fisk två gånger i veckan men att det inte finns några rutiner för resterande huvudkomponenter. En av respondenterna ansåg att de inte hade några direkta rutiner hur de varierar huvudkomponenterna över veckan men att de följer livsmedelsverkets riktlinjer.

När det kommer till vegetarisk mat serverar ett av köken detta en gång var tredje månad. De andra köken har en spridning på det, då det serveras varje vecka, varannan vecka och var fjortonde dag. En av kostcheferna uttryckte bland annat: ”Skulle kunna tänka mig att det blir

mer och mer i framtiden. Men det klientelet vi har nu är inte så benägna att inte få kött, fisk eller korv”. Alla respondenterna svarade att de har som rutin att alltid servera kokta grönsaker till varje maträtt samt att alltid erbjuda ett varierat salladsbord. Antalet salladssorter varierade mellan fyra till tolv olika.

5.2.3. Färgkombinationer/utseende

Många av intervjupersonerna poängterar att helhetsintrycket på måltiden är viktigt. ”Det måste vi alltid tänka på, att det blir vackert på tallriken.” Alla respondenterna anser att det är viktigt att harmoniera olika färgsättningar på olika maträtter. De olika kökens porslin är vita tallrikar med någon form av dekor i varierande storlekar. ”På dementa avdelningar kan det vara bra med en färgad tallrik, man ser maten bättre.”

I frågan om kostcheferna tänker på färgkombination för en måltid eller en hel dags måltider är det enbart ett av köken som inte gör det. De andra köken anser att det är viktigt att rätterna inte ska vara för lika varandra. En av respondenterna förklarade att när det kommer till dem kokta grönsakerna har man, för att underlätta för personalen, samma grönsakssort till båda rätterna.

När det kommer till garnering på maten svarar två respondenter att de inte gör det vanligtvis. I ett av köken är det kockens ansvar att maten garneras, därför är det mycket varierande beroende på vem som tillagar maten. En annan kostchef berättar att deras maträtter garneras emellanåt. Endast ett av köken garnerar alltid maträtterna. ”Vi har alltid någon topping på i form av en klick eller ört av något slag, som passar bra till.”

5.2.4. Säsong

Av intervjuerna framkom det att samtliga kök lagar mat efter säsong. Ett av köken följer exempelvis sin upprättade årsmatsedel som är anpassad efter årstider och säsong. De råvaror som uppreparande gånger nämndes i intervjuerna var säsongsanpassad frukt, grönsaker, fisk och kött. Exempelvis påtalar en av kostcheferna att ”Jag tycker till exempel inte att det är kul att servera fryst makrill i januari, det väntar jag med.” Sedan poängterar en av respondenterna att en del råvaror, som exempelvis rabarber, serveras året om då det är uppskattat av de äldre.

5.2.5. Miljö

Alla respondenterna ansåg att det var viktigt att handla ekologiskt, dock gjordes det i varierande utsträckning. På frågan om och hur de olika köken arbetar efter ett hållbart miljöperspektiv nämndes följande aspekter uppreparande gånger; att handla närodlad, minska på svinn, att laga mat efter säsong samt att källsortera. Två av köken tänker även på att minska transporter genom samkörning.

5.2.6. Näring

Att näringsberäkna maten är något som samtliga kostchefer gör då de vet att den mat som serveras är näringsriktig. Exempelvis säger en av respondenterna: ”Självklart, jag vill servera mat som jag själv vill äta. Jag vill äta nyttig mat.” Däremot framkom det i efterhand under en av intervjuerna att alla recept inte var näringsberäknade. En av kostcheferna förklarar detta genom att alla recept inte var inlagda i ett kostdataprogram.

På frågan om respondenterna har näringsaspekterna i åtanke när de väljer råvaror, svarade två av kostcheferna att de försöker eftersträva detta. ”Vi tänker på att de råvaror och livsmedel som vi tillagar anpassas till tillagningen och varmhållningen. Att råvarorna tas om hand på bästa sätt för att ge störst utbud av näringsämnen.” De andra två respondenterna förklarar att de inte tänker på näringsinnehållet i råvarorna. ”Näringsaspekterna väger vi inte in vid val av råvaror utan vi fokuserar mer på variation och utseendet på maten.”

5.2.7. Receptanvändning

På frågan om receptanvändning svarar samtliga respondenterna att de använder sig av recept vid tillagningen av mat. En anledning till att de använder recept är för att säkerhetsställa att maten smakar likadant vid samtliga tillagningstillfällen. Andra aspekter är att de vill tillsätta samma mängder av ingredienserna vid tillagningen, men även för att köken ska veta vad maträtterna som de serverar innehåller.

Fler aspekter som vägs in vid receptanvändning är att veta hur mycket råvaror som ska beställas samt för att kunna kontrollera ekonomin. En av kostchefen poängterar vidare att ”recept är inget styrmedel utan ett hjälpmedel för kockarna”. Det framkom dock att ett av köken inte använder sig av recept i full utsträckning.

5.2.8. Smaksättning

Samtliga kostchefer uttryckte att någon av medarbetarna i köken alltid smakar på maten, då de flesta kostchefer har det som krav. ”Ingenting får lämna köket utan att ha smakats på.” De flesta av kostchefer svarade även att anledningen till att de smakar på maten är för att få en bra kryddsättning då det kan vara svårt att krydda i efterhand.

En av respondenterna ansåg att deras kryddsättning på maten var måttlig då en del äldre är känsliga. De anser att de äldre även får möjlighet att krydda maten själva efter eget önskemål.

I en av intervjuerna framkom det att köket alltid serverade välkryddad mat men att det även här fanns kryddor för dem äldre att tillgå. Slutligen poängterar en av kostcheferna ”Vi tänker ju på att få en lagom mix..., att vi försöker och är så noggranna som möjligt och tänker sig in i att jag skulle kunna äta en tallrik av den här maten.” Kostchefen säger vidare att ”Det är viktigt att måltidens smaker harmonierar sig.”

5.2.9. Tillagning

Vid frågan om hur köken arbetar med för att bevarar strukturen på maten svara tre av respondenterna att de lågtempererar maten. En motivering till detta menar en av kostcheferna att genom att tillaga i lågtemperatur kan de anpassa tillagningen till råvaran och dess egenskaper. ”Det är det här med yrkesstolthet, att känna att man vill göra något schysst mot råvaran, så att den inte har dött förgäves... man måste ju ta väl hand om sina råvaror”. En av respondenterna poängterar att termometer som mätinstrument är bra för att bevara strukturen på maten.

När det kommer till frågan om olika tillagningsmetoder ur näringssynpunkt förklarar en av kostcheferna att de anpassar tillagningstiden för att undvika att överkoka maten. ”Det gäller ju att vara varsam med råvarorna. Att man inte har i ingredienser för tidigt i en gryta, för lång varmhållning eller att något värms för länge i ugnen.”

Andra aspekter som också kommer upp i samband med frågan är att få bra konsistens och yta på maten samt att maten ska vara klar precis vid servering och därmed minska varmhållningstiden. Detta särskilt när det kommer till potatis, grönsaker och fisk. ”Vi tänker ju på att till exempel fisk är ett lättillagat livsmedel, som innehåller mycket vatten till skillnad från en stek, som tar mycket längre tid att tillaga.”

En av respondenterna påpekar även att en krispighet samt en god stekyta på maten, påverkar både smak- och upplevelsemässigt.

5.2.10. De ätandes inverkan

Samtliga respondenter understryker hur viktigt det är att de äldre får vara med och påverka maten. I de flesta köken har man kostombud, kostmöten och matråd för att få fram synpunkter om maten. Det förekom även enkätundersökningar. En kostchef säger bland annat; ”maten engagerar alla... det är väl trevligt att tala om vad man tycker om och vill ha och inte vill ha.”

Kostcheferna får även uppfattning om de ätandes åsikter kring maten genom att fråga de ätande i restaurangen, vilket dem flesta av kostcheferna gör.

För att väcka intresse för maten hos de äldre anordnar de flesta av kostcheferna fester med olika teman i samband med högtider eller speciella tillfällen. En av kostcheferna påtalar bland annat ”vi försöker uppmärksamma dels matsedeln så att den ska vara inbjudande och att vi uppmärksammar vissa dagar, det behöver ju inte vara något speciellt, det kan vara kanelbullens dag och att man skriver en liten historia om kanelbullen.”

En av respondenterna anser att desserten gör mycket och lägger fokus på den för att väcka intresse för maten. Även genom att förändra helheten, det vill säga måltidsmiljön påverkar de äldres matintresse.

5.3. Resultat från innehållsanalys av matsedlar

Under följande avsnitt kommer vi att redogöra för de innehållsanalyser som gjorts på matsedlarna. Resultatet kommer att redovisas enskilt för varje verksamhet genom att vi strukturerat dem från verksamhet 1 till 4. När det kommer till matsedlarna, var de olika utformade då en av kostcheferna gav oss köksmatsedlar medan resterande kostchefer gav oss matsedlar som var ämnade för matgästen. Köksmatsedel innebär att den är avsedd till kökets personal och är utformad efter enbart de komponenter som måltiden består av.

5.3.1. Verksamhet 1

Smaksättning

Genom analysen av matsedeln visar den att det lagas en del mat efter olika influenser så som grekiskt och italienskt. Den traditionella svenska husmanskosten är vanligt förekommande.

Matsedeln är väldigt varierande. Några exempel på smaksättningar som matsedeln visar är vinbräserad, örtmarinerad, vitlök, kokos, olivtapenerad och kanelkokt. Det är inga smaksättningar som är lika varandra under en vecka utan det är stor spridning på smakerna.

Variation

Utefter de 13 veckors rullande matsedel är det två veckor då det serveras kyckling tre gånger. En av dessa veckor serveras det italiensk kycklinggratäng, kyckling- och grönsakssoppa och kycklingbröst med bacon, vilket visar att maträtterna ändå varierar. Vad man kan se av analysen är att det finns ett mönster på olika råvaror. Till exempel serveras korv på måndagar och fisk på tisdagar.

Under veckorna serveras inte enbart kokt potatis utan det förekommer olika typer av potatisrätter som exempel potatiskaka, klyftpotatis, potatisgratäng, potatismos och stuvade potatisar. Förutom potatis i olika former serveras även bulgur, ris, risotto och pasta.

Färgsättning/kombination

När det gäller färgsättning används ibland rönnbär och enbär i grytor. Detta gör att färgen på grytan piffas till och därmed blir aptitligare. Det är spridning på färgsättningen på maträtterna varje vecka. Det kombineras olika såser som gör att färgerna blir bra harmonierade med resten av maträtten.

5.3.2. Verksamhet 2

Smaksättning

Genom analysen av matsedeln kan man se att det är väldigt traditionella maträtter som serveras under veckorna då det mesta består av svensk husmanskost. Det finns två rätter att välja mellan varje dag. Maträtterna varierar mellan dessa två alternativen för en dag men även under de sju veckorna som är rullande. Det finns inte mycket influenser från andra länder eller kulturer. Någon enstaka gång har man kryddsättning av curry.

Variation

Det är inga maträtter på den sju veckors rullande matsedeln som återkommer någon gång. Det finns alltid ett alternativ varje vecka som är vegetariskt. Dock finns en råvara som uppkommer mer än en gång och det är spenat. Spenaten är då som tillbehör (spenatstuvning) till en fiskrätt och en korvrätt och även som huvudrätt i form av spenatsoppa.

De grönsaker som serveras är det variation på utefter vad som serveras till. Något som återkommer lite oftare är morötter. De varierar potatis, ris och pasta bra.

Det finns en återkommande mönster under veckorna då proteinkällan har vissa förutbestämda dagar. Exempelvis på onsdagar och lördagar serverar man fisk.

Färgsättning/kombination

När det kommer till färgsättning av måltiden gör grönsaksvalet väldigt mycket. De har färgstarka grönsaker till annars ganska färglösa maträtter. Till en del maträtter där olika tillbehör som gelé, lingon, äppelmos med mera passar in skrivs även detta ut i matsedeln. Dessa tillbehör ger även extra färgsättning till maträtten. När det kommer till grytor är de ”uppiffade” med enbär. Detta gör att grytan får ett mer aptitligare utseende än att bara göra den helt brun.

5.3.3. Verksamhet 3

Smaksättning

Analysen visar att många av de maträtter som serveras på den sex veckors rullande matsedeln har många traditionella svenska smaker. Detta eftersom majoriteten av maträtterna som erbjuds är traditionsenliga svenska maträtter. Matsedeln erbjuder två lunchrätter varje dag. Smaksättningen mellan dessa två rätter skiljer sig åt varje dag. Det serveras en del liknande maträtter vid flera tillfällen under de sex veckorna men smakerna varierar genom att det erbjuds olika tillbehör och såser till.

Maträtterna innehåller mycket upprepning när det gäller smaksättning på exempelvis såser. Matsedeln visar även att smaksättningen av maträtterna ofta är med örtekryddor som exempelvis persilja och dill. Andra smaksättningar på maten är kokos. Det serveras inte särskilt mycket kryddstark mat. Det förekommer ett fåtal maträtter som har smaker med inspiration från andra länder.

Det förekommer även en del upprepning av olika smaker. Exempelvis serveras både kall och varm sås samt sky med smaksättning av dill som tillbehör vid flera maträtter.

Variation

Som tidigare nämnts serveras samma maträtt vid flera tillfällen. Exempelvis serveras laxpudding, tonfisksallad, fiskbullar och spenatsoppa vid flera tillfällen som lunchalternativ. Samma tillbehör, som exempelvis ägg- och persiljesås, serveras även vid flera tillfällen i olika maträtter.

Fisk ingår oftast som ett lunchalternativ varje dag. Övriga huvudkomponenter fördelas över veckorna. De traditionella tillbehören till maträtterna, som exempelvis lingonsylt till stek strömming, serveras till de maträtter där det passar.

Soppa och gryta serveras varje vecka. Potatis som tillbehör serveras flera gånger per vecka medan ris och pasta serveras ett fåtal gånger.

Färgsättning/kombination

Eftersom en del maträtter och smaksättningar upprepas vid flera tillfällen är spridningen på färgen på maten väldigt liten. Färgerna är väldigt enkla och lika i färgskalan. Med andra ord finns inte särskilt mycket ”utstickande” färger. Grön är en återkommande färg i maträtterna då det ofta ingår olika örter i många maträtter.

5.3.4. Verksamhet 4

Smaksättning

Efter analysen på den sex veckors rullande matsedel, konstateras att smaksättningen på maträtterna är varierade. Dock erbjuds en del maträtter med samma typ av kryddsättning vid ett flertal gånger. Exempelvis används curry som kryddsättning på dels en sås och dels i en gryta vid fyra olika tillfällen, vilket sträcker sig över de sex veckorna. Då matsedeln erbjuder två alternativa lunchrätter måndag till fredag, visar den att smaksättningen mellan dessa två rätter alltid är varierade.

Smakerna på maten upplevs som mycket svenska traditionella smaker då många av maträtterna är husmanskost. Enbart ett fåtal rätter är inspirerade av andra länders smaker och maträtter som exempelvis curry som kryddsättning och olika thaimaträtter.

Till de olika maträtterna erbjuds traditionella tillbehör, som exempelvis serveras lingon till stekt strömming.

Variation

När det gäller variationen på maten serveras minst två fiskrätter varje vecka, en soppa samt en korvrätt. Det som varierar är olika kött- och fågelrätter. Variationen på maträtterna är stor då ingen maträtt serveras fler än en gång under den sex veckor rullande matsedeln. Däremot serveras ett fåtal maträtter som är väldigt lika då de innehåller samma typ av komponenter men med olika smaksättningar.

Variationen på tillbehören till maträtterna är liten då det oftast serveras samma tillbehör flera gånger på en vecka.

Potatis serveras exempelvis flera gånger per vecka och då oftast som kokt potatis. Det förekommer även andra former av potatis som exempelvis klyft potatis. Pasta, ris och couscous serveras dock som alternativ vid ett flertal tillfällen.

Färgsättning/kombination

Eftersom de grönsaker som serveras till varje maträtt inte står i matsedeln, innebär det att det är svårt att skapa sig den riktiga helhetsbilden på varje måltid, då grönsaker ofta färgsätter maten väldigt bra.

Färgerna är mycket enkla och lika i färgskalan. Brun är en återkommande färg då många av maträtterna är av husmanskost. Till en del maträtter serveras rotfrukter vilket sätter färg på maten.

6. Diskussion

I detta kapitel avser vi att diskutera olika aspekter kring val av metod samt för- och nackdelar med detta. Vidare kommer vi att resonera kring intervjuresultatet och resultatet från innehållsanalysen av matsedlarna genom att jämföra dessa för de olika verksamheterna.

6.1. Metoddiskussion

Att genomföra en kvalitativ studie, ansåg vi var det mest relevanta då vi skulle studera och jämföra olika kostchefer arbetssätt om matens kvalitet. På grund av detta samt genom att studera hur dem tillämpar det i praktiken, ansåg vi att intervjuer var mest lämpligt. Vi valde även att utföra en innehållsanalys på matsedlar då vi ville komplettera intervjumaterialet.

Vår första tanke var att även studera de maträtter som serverades den dagen då intervjuerna genomfördes. På grund av yttre omständigheter, gick det inte att genomföra observation på maten i en av verksamheterna. Detta gjorde att vi uteslöt de andra matobservationerna som gjorts då vi ansåg att den verksamhet som vi inte genomförde observation på, inte skulle bli orättvist representerad.

Vi valde att studera de ätandes inverkan på maten på grund av att vi anser att den respons och hur de ätande upplever maten är en slags kvalitetssäkring. Dock är det en aspekt som tillhör mer inom subjektiv kvalitet.

Anledningen, som tidigare nämnts, till varför vi valde att intervjua kostchefer, var på grund av att de har det övergripande ansvaret för maten i verksamheterna samt planerar matsedeln. I en av verksamheterna närvarade även en köksmästare under intervjun då även denne hade ett stort ansvar för maten.

Då vi intervjuade både en kostchef och en köksmästare vid ett av intervjutillfällena, valde vi att inte benämna köksmästaren i resultatet då det kan avslöja vem som sagt vad i intervjun. För att fullfölja konfidentialiteten valde vi att benämna även köksmästaren som kostchef, oavsett vem som svarade.

Intervjuerna genomfördes på intervjupersonernas arbetsplats, vilket vi ansåg var en fördel då det kunde medföra att personerna kände sig säkra och trygga i sin roll under intervjun. Genom detta vi fick möjlighet att se verksamheterna och därmed skapa oss en större inblick. Detta är någon som Widerberg (2002) poängterar då hon bland annat menar att det ger en bättre helhetsinblick.

Vi använde oss av ljudinspelning på tre av intervjuerna samtidigt som vi förde anteckningar. Detta är något som Lantz (2007) förespråkar då ljudinspelning är ett bra hjälpmedel vid datainsamlingen. Genom ljudinspelning kan också trovärdigheten öka (Kihlström, 2007). Vid den fjärde intervjun fördes enbart anteckningar då vi på grund av olika omständigheter inte hade möjlighet att spela in. Genom detta fanns risken att viss information kan ha gått förlorad då det är svårt att både anteckna och lyssna på respondenten samtidigt.

Våra intervjufrågor var fasta och strukturerade då vi i förväg visste vad vi ville ta reda på. På så sätt hade intervjufrågorna hög standardisering. Däremot anser vi att intervjuerna överlag hade tämligen låg standardisering då vi gav respondenterna fritt utrymme att prata och föra diskussioner.

Eftersom vi har studerat fyra verksamheter kan vi bara uttala oss om dem och inte generalisera.

Vi har valt att studera de sensoriska aspekterna då vi anser att de har stor inverkan på matens kvalitet. Dock finns det betydligt mer inom området än enbart det vi studerat. Exempel på detta är livsmedelshygien. Vi var tvungna att begränsa oss då det hade blivit för stort område och allt för omfattande att studera i en examensuppsats.

6.2. Resultatdiskussion

Från intervjumaterialet kunde vi konstatera att när det kommer till variationen på maten, är det en viktig del för samtliga kostchefer. Alla kostchefer svarade dock olika när det gäller vilka aspekter som vägs in vid menyplanering för att uppnå en bra spridning på maten. Även då de hade olika tankesätt kring detta, strävade alla för samma sak, det vill säga bra variation. Att variera maten så mycket som möjligt, anser vi är bra då de äldre som bor på äldreboende enbart äter den maten som lagas på verksamheten. Det innebär att om man inte uppnår en bra variation på maten, kan det bli tjtigt för de äldre och till och med vara en bidragande del till en minskad aptit. I en studie av Carlsson och Gustavsson (2003) fann man att variation var en av de viktigaste aspekter som vägdes in vid matsedelsplanering.

När det kommer till rutiner för huvudkomponenter serverades tre av köken fisk enligt de rekommendationer som finns från Livsmedelverket. Ett av köken valde däremot att servera fisk varje dag som ett alternativ. Genom att äta fisk två till tre gånger i veckan får de äldre den näringen de behöver enligt Livsmedelsverket (2011).

Vi anser att det enbart medför fördelar med att kunna erbjuda fisk vare dag. Dock tror vi att det kan vara svårt att variera fiskrätterna då matsedeln är rullande på sex veckor. Detta kunde vi även se under matsedelsobservationerna då det var samma maträtter som serverades vid flera tillfällen.

Vid tillagning av vegetarisk mat, var köken väldigt olika. Några ansåg att klientelet, de äldre, inte önskade detta medans andra strävade efter att ha en vegetarisk alternativrätt varje vecka. Vi som tillhör en annan generation, tror att man är mer van vid att äta vegetarisk mat än de äldre. Vidare tror vi att den äldre generationen är betydligt mer vana vid att alltid äta kött till måltiden, vilket kan resultera i att vegetariska rätter inte blir lika populära. Ur miljösynpunkt säger folkhälsoguiden (2006) att vegetariska rätter ett bra sätt att minska köttkonsumtionen.

Samtliga respondenter ansåg att helhetsintrycket på maten var väldigt viktigt men även att färgsättning var en viktig aspekt. När det kommer till garneringen på maten var det inte alla verksamheter som garnerade. Att garnera maten är något vi kan tycka är en del av helhetsintrycket då vi även äter med ögat.

Alla kostcheferna ansåg att de lagade mat efter säsong. De nämnde alla ungefär samma typ av råvaror som anpassades. Dock fanns det en del råvaror som inhandlades året runt. Ett exempel som gavs var rabarber, vilket en av kostcheferna förklarade att det uppskattades av de äldre och därför köptes det in oavsett årstid.

Att säsongsanpassa innebär många fördelar, både ur näringssynpunkt samt att livsmedelskvalitén blir bättre (Folkhälsoguiden, 2006). Vi anser att det är bra att sträva efter säsongsanpassning men även att anpassa maten efter vad klientelet önskar och på så sätt behåller några maträtter året runt. Detta visar att man är mån om sina ätanden.

Under intervjuerna poängterade samtliga kostchefer att de i möjligaste mån ville servera näringsriktig mat. Detta är enligt Livsmedelsverket (2003) en viktig del för att upprätthålla näringsstillståndet och undvika kostrelaterade sjukdomar hos äldre. Däremot var det en av kostcheferna som inte hade näringsberäknade recept och på så sätt inte kunde garantera att näringen i maten var fullständig. Emellertid då det kan vara svårt att kontrollera hur mycket av portionen som äts, är det svårt att kunna kontrollera näringsintaget. En av kostcheferna nämnde att deras äldre fick välja och komponera måltiden själv. Det innebär att de inte kan säkerhetsställa att de äldre får i sig tillräckligt med näring.

Samtliga kostchefer tänkte olika angående vilka aspekter som vägs in vid receptanvändning. En av kostcheferna ansåg att recept ska vara ett hjälpmedel för kockarna och inget styrmedel. Att recepten ska vara ett hjälpmedel kan vara ett sätt att uppnå de krav man ställer på maten. Av egen erfarenhet kan det ibland vara stor personalomsättning, vilket innebär att vikarier måste sättas in. Recept kan då vara ett bra hjälpmedel då vikarier kan känna sig osäkra på arbetsplatsen. Enligt studien av Hellström och Sundblad (2009), var det främsta anledningen till receptanvändning att det skapade trygghet.

När det kommer till smaksättning råder det olika åsikter mellan kostcheferna. Några ansåg att maten skulle vara välkryddad då det kunde vara svårt att krydda i efterhand. Andra kostchefer ansåg att man skulle krydda måttligt och att de äldre kunde krydda maten på egen hand efteråt, efter deras egna önskemål. Av egen erfarenhet inom kockyrket kan vi dock konstatera att det kan vara svårt att krydda maten i efterhand då kryddsättningen under matlagningen gör att smakerna utvecklas och harmonierar sig.

Flera av kostcheferna poängterade att det inte serveras någon mat utan att det hade blivit smakat på. Vi anser att detta är väldigt bra då det är ett enkelt sätt att säkerställa matens kvalitet.

Inom de olika verksamheterna berättade flera av kostcheferna att de tillagade mycket av maten genom lågtemperering. Detta gjordes då de strävade efter att anpassa tillagningen efter råvarorna och ville behandla råvarorna på ett varsamt sätt under tillagningen. En annan aspekt som vägdes in var att maten inte skulle tillagas för länge och på så sätt bättre behålla näring och strukturen på maträtterna. Detta är något som tas upp i studien av Danowska-Oziewicz et al. (2007). Då många äldre har svårigheter med att tugga, är lågtemperering som tillagningsmetod ett bra sätt då det exempelvis gör att köttet blir mjukt (Livsmedelsverket, 2011.)

I alla verksamheter skedde det någon form av utvärdering av de äldres upplevelser av maten. Detta är något som Antonovsky (1991) tar upp, då det kan öka livsglädjen för de äldre. Kostcheferna svarade att de försöker väcka de äldres intresse för maten genom att anordna speciella tillställningar, högtider och uppmärksamma olika dagar som fettisdagen, våffeldagen eller kanelbullens dag. Vi uppfattar detta som enbart positivt då sådana här typer av ”övertäckningar”, upplevs som trevligt för de äldre. Många äldre kanske inte har så mycket att se fram emot och därmed uppskattar det lilla extra, är detta en viktig del. Att exempelvis anordna en nobelmiddag i samband med när den riktiga nobelmiddagen sker, kan skapa mycket glädje i deras vardag.

6.3. Innehållsanalys resultatdiskussion

När det kommer till smaksättning bedömer vi detta utefter hur de har komponerat smaksättningen samt hur pass stor variation kryddningen är. Eftersom matsedeln är rullande tycker vi det är viktigt att smakerna varieras.

Det är överlag mycket traditionsenliga svenska maträtter på matsedlarna. Detta beror huvudsakligen på att kostcheferna anpassar smakerna efter de äldres vanor. Dock anser vi att det i vissa verksamheter kunde serverats en variationsrikare kryddning på maten. Exempelvis tillämpade en av verksamheterna flera olika smaksättningar och influenser av andra länder på maten.

I en av verksamheterna kunde vi utläsa att samma kryddsättning av maten upprepades vid flera veckor i sträck på den rullande matsedeln. Många av kostcheferna poängterade, som tidigare nämnts, att det är viktigt med variation. Däremot kunde vi, utifrån analysen av matsedlarna, konstatera att variationen på smaksättning var liten i en av verksamheterna, vilket motsätter det som kostchefen sade under intervjun. En anledning kan vara att man ”stirrar sig blind” i sin egen verksamhet när det gäller matsedelsplaneringen.

I en av verksamheten serverades samma typ av maträtter vid flera tillfällen under den rullande matsedeln. Vad vi även kunde utläsa av innehållsanalysen, var att det serverades mycket kokt potatis, vilket vi tror kan bero på att många äldre är vana att äta det. I en verksamhet hade de bred variation med ris, bulgur och pasta men även att potatisen varierades i olika former. Detta kan jämföras med de andra verksamheterna som hade förhållandevis lite variation på detta.

Mycket av maten var svensk husmanskost, vilket gör att färgerna brunt, gult och vitt är återkommande då det ofta serverades potatis, bruna och vita såser som tillhör till kött eller fisk. Vid vissa av maträtterna kunde vi även konstatera att grönsaksvalen spelade stor roll för färgsättningen av måltiden.

Slutligen vill vi poängtera att vi utifrån innehållsanalysen av matsedlar, inte fullständigt kan skapa oss en helhetsbild av maträtternas utseende. Då det i en del av matsedlarna stod vilka varma grönsaker som serverades till måltiden, tog vi inte hänsyn till detta vid två av observationerna. Garneringen och upplägget av maten samt salladsbordet som serverades dagligen, är inget som vi kunde få fram genom observation av matsedlarna. Dock vill vi poängtera att dessa är viktiga aspekter när det kommer till matens smak och utseende. Vidare vill vi påtala att då vi inte kunde ta med observationerna på maten som serverades, kunde vi enbart ta hänsyn till det som stod skrivet på matsedlarna.

6.4. Slutsats

Vill vi uppmärksamma att det genom hela studiens gång har påvisats vilken stor betydelse klientelet, de äldres, önskemål har och att det kanske oftast är det som väger tyngst vid planering och produktion av maten.

Vi finner en väldigt stor likhet i de olika kostchefernas svar och resultatet visar på att de i de flesta aspekter, strävar mot samma mål. Det som skiljer dem åt är att de har olika arbetssätt. Samtliga kostchefer tycker att kvalitet på maten är oerhört viktigt och något som de alla

fokuserar mot. Dock har de lite olika värderingar kring exempelvis smaksättning, variation och receptanvändning.

Något som skulle vara intressant för framtida forskning är att även observera den maten som serveras. Andra aspekter när det gäller framtida forskning är att mer ingående studera maten utifrån objektiv kvalitet, då det finns en rad olika aspekterna kring ätkvalitén att studera och som vi valde att inte ha med. Vidare att kunna jämföra detta med den subjektiva kvalitén på maten.

Referenser

- Abrahamsson, L. (2006). *Näringslära för högskolan*. Stockholm: Författarna och Liber AB.
- Alexandersson, M. (1994). *Metod och medvetande*. Göteborg: Kompendiet.
- Antonovsky, A. (1991). *Hälsans mysterium*. Stockholm: Natur och kultur.
- Bergman, B. & Klefsjö, B. (2007). *Kvalitet - från behov till användning*, Studentlitteratur AB.
- Backman, J. (2008). *Rapporter och uppsatser*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Carlsson, C., & Gustafsson, A-L. (2003). *Matsedelsplanering: Faktorer som styr och påverkar*. (Examensarbete). Göteborg: Institutionen för kost - och idrottsvetenskap.
- Danowska-Oziewicz, M. Karpińska-Tymoszczyk, M. & Borowski, J. (2007). The effect of cooking in a steam-convection oven on the quality of selected dishes. *Journal of Foodservice*; Vol. 18 Issue 5, p187-197.
- Folkhälsoguiden (2006). *Ät S.M.A.R.T – ett utbildningsmaterial om maten, hälsan och miljön*. Hämtad 2011-04-05 från www.folkhalsoguiden.se/smart
- Foskett, D., Ceserani, V & Kinton, R. (2007). *The theory of catering*. Hodder & Stoughton.
- Garber Jr. & Lawrence L., Hyatt, Eva M., Starr Jr., Richard G. (2002). The effects of food color on perceived flavor. *Journal of Marketing Theory & Practice*, Vol. 8 Issue 4, p59, 14p.
- Giuseppina P. P. & Lima Fabio V. (2010). Review on the main differences between organic and conventional plant-based foods. *International Journal of Food Science and Technology* Volume 46, Issue 1, pages 1–13.
- Gullacksen, A-Ch. (2010). *Delaktighetsmodellen- En väg mot empowerment*; FoU Skåne, Skriftserie 2010:2: Lund AB.
- Graneheim, U. H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24(2), 105-112.
- Hellström, L., Sundbladh, A. (2009). *Receptanvändning i offentliga kök med fokus på skolmåltider*. Göteborg: Institutionen för kost - och idrottsvetenskap.
- Hollis, J-H. & Henry C. J. K. (2007). Dietary variety and its effect on food intake of elderly adults. Henry Department of Food Science and Nutrition, School of Biological and Molecular Sciences, Oxford Brookes University. *The British Dietetic Association Ltd 2007 J Hum Nutr Diet*, 20, pp. 345–35.
- Johansson A. & Rezniki A. (2010). *Mat för äldre på särskilt boende*. (Examensarbete). Malmö: Hälsa och samhälle.
- Jonsson, A., Marklinder, I., Nydahl, M. & Nylander, A. (2007). *Livsmedelsvetenskap*. Lund: Studentlitteratur AB.

- Kihlström, S. (2007). *Att observera - vad innebär det?* I Dimenäs, Jörgen (2007) *Lära till lärare* (s.30-40). Stockholm: Liber.
- KRAV (2010). Hämtad 2011- 04-08 från:
<http://www.krav.se/skola/skola/Ekoskolan/Fakta/Fisk-fran-uthalligt-fiske-och-ekologisk-fiskodling/>
- KRAV (2011). Hämtad 2011-04-13 från: <http://www.krav.se/KravsRegler/4/KRAV>
- Kungliga Skogs- och Lantbruksakademien. (2002) *Matens kvalitet*. Hämtad 2011-03-28 från: http://www.ksla.se/sv/retrieve_File.asp?n=83&t=ksla_publication
- Lantz, A. (2007). *Intervjumetodik*. Studentlitteratur.
- Livsmedelsverket, (1998). *Mat och kostbehandling för äldre*.
- Livsmedelverket (2003). *Mat och näring för sjuka inom vård och omsorg*.
- Livsmedelsverket (2011). *Bra mat inom äldreomsorgen*. Hämtad 2011-04-14 från http://www.slv.se/upload/dokument/mat/mat_aldreomsorg/aldremat_meny.pdf
- Mattson Sydner, Y. (2002). *Den maktlösa måltiden: om mat inom äldreomsorgen*. Uppsala: institutionen för hushållsvetenskap.
- Nestor FoU-center, (2009). *Mat och ätande för äldre*. EO Grafiska.
- Patel, R. & Davison, B. (2003). *Forskningsmetodikens grunder: att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Studentlitteratur.
- Sortland, K., Skjeggstad, G., Jansen, L. & Berglund, A. (2009). Elderly persons' nutrition and food intake in a nursing home - a pilot study. *Nordic Journal of Nursing Research & Clinical Studies / Vård i Norden*, 2009 Winter; 29(4): 25-9 (26 ref).
- Spears, M. & Gregoire, M. (2007). *Foodservice organizations- A managerial and systems approach*. Pearson Education Ltd.
- Sveriges Kommuner och Landsting (2006). *Mat för många – goda råd för utvecklingen av måltidsverksamheten*.
- Trost, J. (2010). *Kvalitativa intervjuer*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Vetenskapsrådet (u.å.). *Forskningsetiska regler för humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Hämtad 2011-05-25 från <Http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf>
- Wideberg, K. (2002). *Kvalitativ forskning i praktiken*. Lund: Studentlitteratur AB.
- WWF (2010). *Fiskguiden*. Hämtad 2011-04-02 från http://www.wwf.se/source.php/1319379/Fiskguiden%202010_mini.pdf

Bilaga1

Intervjufrågor till examensarbetet

1. Vad har du för utbildning?
2. Hur länge har du jobbat i branschen?
3. Vad har du för erfarenheter i branschen?
4. Hur är matsedelns utformad?
5. Har ni rullande matsedel?
 - a. Hur många veckor sträcker den sig?
 - b. Varför det antalet veckor?
6. Hur många portioner äldre mat lagar ni?
7. Hur många portioner mat skickas ut till enheter?
8. Hur många portioner mat äts i matsalen?
9. Vad har din personal för utbildning?
10. Har ni några riktlinjer om matens variation?
11. Hur gör ni för att få bra variation utan upprepning?
12. Har ni några rutiner på hur ofta ni serverar de olika huvudkomponenter (kött, fisk, fågel) i veckan?
 - a. Hur ser andelen färska råvaror ut?
 - b. Vilken beredningsgrad har ni på maten?
 - c. Hur ofta serverar ni vegetarisk mat?
13. Serverar ni grönsaker till varje rätt?
 - a. Försöker ni variera dem utöver veckan?
 - b. Finns det salladsbord? Hur ser utbudet av detta ut?
14. Vilka aspekter väger ni in vid planering av nya maträtter?
15. Tänker ni på färgkombinationer?
 - a. Tänker ni på färgkombinationer för en måltid eller för en dags måltider?
 - b. Vad har ni för porslin?
16. Garnera ni maten som ni serverar?
17. Hur tänker ni angående hur måltiden ska presenteras?
18. Lagar ni mat efter säsong?
19. Vilka råvaror anpassar ni efter säsong?
20. Hur stor andel ekologiskt har ni?
21. Hur arbetar ni efter att de äldre ska få så näringsriktig mat som möjligt utefter de rekommendationer som finns?
22. Finns näringsaspekten i åtanke vid planering vid val av råvaror?
23. I vilken utsträckning använder ni recept?
24. Varför använder ni er av recept?
25. Är recepten näringsberäknade?
26. Tänker ni på livsmedels olika strukturer när ni planerar måltider?
27. Smakar ni på maten? Vet ni att era kunder får bra mat?
28. Hur tänker ni angående smaksättning?
29. Tänker ni på att smakerna ska "gifta sig"? Hur?
30. Hur gör ni för att bevara strukturen på maten vid tillagning?
31. Hur anpassar ni tillagningsmetoderna efter råvarornas egenskaper?
32. Tänker ni på val av tillagningsmetoder ur näringssynpunkt?
33. Har de äldre någon inverkan på maten och menyn?
34. Har ni i köket någon dialog med de ätande när det gäller maten i restaurangen?

35. Vad gör ni för att väcka intresse hos de äldre för maten?
36. Arbetar ni efter hållbar utveckling? Hur?