



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Ungdomars inställningar till vegetarisk mat i skolan

Emma Fernqvist

Lisa Fritiofsson

Rapportnummer: VT13-78
Examensarbete: 15 hp
Program: Kostekonomprogrammet med inriktning ledarskap, 180 hp
Nivå: Grundnivå
Termin/År: Vt / 2013
Handledare: Annica Strandh- Johansson & Ann Parinder
Examinator: Claes Bergman

FÖRORD

Att själva få välja ett ämne att studera och skriva om har varit väldigt intressant. Detta har varit en ny och spännande upplevelse att tillsammans utarbeta varje steg i arbetet. Under arbetet med uppsatsen har vi haft ett bra samarbete ihop. Vi har delat upp alla delar lika i uppsatsen, planering av studien, litteratursökning, datainsamling, analys, skrivande och layout. Vissa delar skrev Lisa och andra delar skrev Emma ifrån början, för att sedan tillsammans gå igenom och resonera kring stegen i denna process.

Vi vill här med tacka våra handledare, Annica Strandh-Johansson och Ann Parinder, för deras stöd, reflektioner och synpunkter. Ytterligare ett tack till Hillevi Prell som hjälpte oss med SPSS samt gymnasieskolan i Göteborg som gav oss tillträde att dela ut enkäter hos dem. Utan eleverna som blev våra respondenter hade vi inte kunnat slutföra uppgiften.

Nu är arbetet klart och vi hoppas att det ska kunna vara till nytta för någon!

Tack!

SAMMANFATTNING

Syftet med studien var att identifiera inställningar till vegetarisk mat bland ungdomar. Genom studien vill vi även uppmärksamma hur elever ställer sig till att det serveras vegetarisk mat i skolan. Intresset väcktes efter att ha märkt problematik och stort motstånd kring vegetarisk mat i olika skolor efter våra verksamhetsförlagda utbildningar.

För att kunna arbeta med skolmaten ur ett hållbarhetsperspektiv med fokus på miljö och ekonomi behövs kunskap om vad ungdomar tycker om vegetarisk mat och även hur många dagar i veckan som de skulle kunna tänkas äta vegetarisk mat i skolan. Det kan vara av vinning för planering, inköp och miljömål vid arbete med skolmåltider.

Vi använde oss av en kvantitativ metod i form av enkäter som delades ut till 120 gymnasieelever på en gymnasieskola i centrala Göteborg. Resultatet gällande inställningar visar att en majoritet av respondenterna är medvetna om vilken påverkan våra matval har på exempelvis miljön och djurens levnadsvillkor. Vidare visar det sig att ungdomarna tycks ha en relativt låg kunskap om ämnet. Få visste vad vegetarisk mat innebär och innehåller. Respondenterna verkade dock medvetna om sin kunskapsnivå. Resultatet visar att det finns delade meningar om hur ofta det ska serveras vegetarisk mat i skolan. Det tycks dock innebära att de anser att det är bra att det serveras som en alternativ rätt. Om innebörden är att de gärna äter den vegetariska maten framgår inte i denna studie.

Av detta drar vi slutsatsen om att kunskapen kring vegetarisk mat bör öka bland flera av ungdomarna. De flesta är positiva till att det serveras vegetarisk mat i skolan. Detta kan vara något att arbeta med inom området skolmåltider.

Nyckelord: ungdomar, skolmat, vegetarisk mat

Innehållsförteckning

INTRODUKTION	5
Syfte.....	6
Frågeställning	6
BAKGRUND	6
Miljö och ekonomi i storhushåll	6
Skolmaten i Sverige	9
Ungdomar.....	10
Vegetarisk mat.....	12
Begreppsförklaring	14
METOD	15
Urval	15
Utformning av enkät	16
Insamling av data.....	17
Analysering av data	17
Etiska överväganden	17
RESULTAT.....	19
Inställningar till vegetarisk mat	19
Jämförande resultat	24
DISKUSSION	25
Metoddiskussion	25
Resultatdiskussion.....	27
SLUTSATS.....	33
IMPLIKATIONER.....	33
REFERENSER	34
Bilaga 1	37
BILAGA 1, Enkät.....	

INTRODUKTION

Intresset för ämnet vegetarisk mat bland ungdomar väcktes under den verksamhetsförlagda utbildningen som ingår i vår utbildning till Kostekonomier vid Göteborgs Universitet. Under dessa perioder mötte vi personer inom måltidssektorn som hade uppfattningen att många ungdomar anser att vegetarisk mat inte mättar, att det inte är riktig mat och att det inte smakar gott. Vi ville veta vilken inställning ungdomar egentligen har till vegetarisk mat.

Göteborgs miljö-och måltidsprogram har lagt fram förslaget till ett mer ekologisk och vegetarisk arbetssätt inom kommunen (Göteborgs stad, 2013). Vår tanke är att denna studie ska kunna ge stöd till oss som blivande kostekonomier och vårt arbete för att en större andel vegetarisk mat ska serveras i skolan.

Angående miljön finns det olika faktorer som påverkar de miljömässiga perspektiven kring livsmedelsprodukter, vilket exempelvis kan vara odlingssätt och transporter (Lagerberg, 2008). I denna uppsats diskuteras vilka livsmedel som är mer fördelaktiga än andra ur ett hållbarhetsperspektiv med fokus på miljö och ekonomi.

Idag slängs mycket mat som blir till svinn, till exempel tallrikssvinn, kantinsvinn och beredningssvinn. Detta skulle med bättre planering kunna användas i storköken innan det blir till svinn. Stora mängder svinn är varken bra för miljön eller ekonomin (Naturvårdsverket, 2009). Genom att välja rätt tillagningsmetoder går det att minska svinet och därmed kostnaden för inköp (Bergström & Post, 2007).

Sverige har en skolmåltidshistorik som visar på att det har serverats skolmat sedan mitten på 1800-talet. Nu finns det lagar som reglerar skolmaten för grundskolan och dessa kan det vara bra att ta stöd i vid utformning av måltider för gymnasieelever. Det har gjorts flera studier om förhållandet mellan ungdomar och mat (Parinder, 2012; Dahlgren, 2010). Dahlgren (2010) lyfter fram flera faktorer som ungdomar anser är viktigt för en positiv måltidskvalité vilka kan vara jämförbara med resultatet om ungdomars inställningar till vegetarisk mat.

Syftet är att studera ungdomarnas inställning till vegetarisk mat. Faktorer som påverkar ungdomars matval och identitetsskapande kan vara exempelvis föräldrar och kompisar (Parinder, 2012), vilket är intressant att beakta i uppsatsen. Valet att äta vegetariska måltider kan ha sin grund i barndomen och uppväxten (Larsson, 2003). Dessa faktorer kommer vi sedan diskutera med resultatet vi fått ut ifrån de empiriska data som samlats in.

Denna studie identifierar inställningar till vegetarisk mat bland ungdomar för att genom det finna en riktning att arbeta mot inom skolmåltidssektorn.

Syfte

Studiens syfte är att identifiera ungdomars inställningar till vegetarisk skolmat.

Frågeställning

1. Vilken inställning har ungdomar till att det serveras vegetarisk mat i skolan
2. Vilka faktorer påverkar deras val av att äta eller inte äta vegetariskt?

BAKGRUND

Bakgrunden behandlar fyra huvudområden. Det första ämnet fokuserar på de ekonomiska och miljömässiga perspektiven kring mat i storhushåll. Det andra ämnet tar upp skolmåltidsverksamheten i Sverige med dess historia och hur skollagen och riktlinjerna för skolmat i Sverige ser ut idag. Del tre tar upp ungdomar, deras identitetsskapande samt vad som kan påverka ungdomars matval och även ungdomars synpunkter och relation till skolmaten. Den fjärde delen beskriver historiska perspektiv av vegetarisk mat, faktorer som påverkar valet att äta vegetarisk mat samt de olika typerna av vegetarisk kost. Som begreppsförklaring tar vi upp anledningen till att vi valt begreppet inställning.

Miljö och ekonomi i storhushåll

I Lagerberg (2008) Miljöanpassade kostråd tas det upp vilka livsmedel som påverkar miljön på olika sätt. Generellt sett kan animalieprodukter ha större klimatpåverkan än vegetabiliska produkter. Även närproducerade varor bör ökas, vilket är mer fördelaktigt för miljön. (Bergström & Post, 2007)

Mat och hållbar utveckling

En annan syn i storhushåll är att arbeta mer mot en hållbar utveckling. Riksdagen har beslutat att Sverige fram till 2020 ska ha minskat utsläppen av växthusgaser med 40 procent, jämfört med 1990 (Livsmedelsverket, 2012). Det är en önskan att alla storhushåll ska använda ekologiska livsmedel som är ett steg i riktningen mot hållbar utveckling (Bergström & Post, 2007). Enligt Post (2011) visar det sig att kommunala restaurangverksamheter använder sig av färre ekologiska livsmedel än andra restauranger. Trots att de är medvetna om de ekologiska livsmedlen så väljer de hellre processad mat då detta är smidigare och kräver mindre köksutrustning i köket. Aktörer som ansvarar för restaurangverksamheter måste även vara införstådda i vad hållbar utveckling innebär, detta då många bildar sin egen uppfattning och därmed inte förstår hela innebörden (Post, 2011).

Vad gäller kött ger fläskkött och kött från fågel mindre miljöutsläpp än kött från nötkreatur (Lagerberg, 2008). Samtidigt skriver Jordbruksverket (2013) att animalieproduktionen i världen står för en femtedel av alla utsläpp av växthusgaser, främst i form av metan och kväveoxider. Utsläpp av växthusgaser är ett av de största miljöproblemen i världen under 2000-talet. Även jordbruket har stor miljöpåverkan då det krävs stora mängder fossila bränslen för att tillverka foder och bearbeta jorden. I samband med att köttkonsumtionen tenderar att öka i världen ökar även arealen av bearbetad mark vilket ökar påverkan på den biologiska mångfalden och resurshållningen då skog och mark skövlas för att ge plats till betesmark och foderproduktion (Jordbruksverket, 2013). Boskap och allt runtomkring denna verksamhet står för mer utsläpp av växthusgaser än utsläppet från transporter, det vill säga bilar och andra fordon. Utsläppen från boskap och allt runtomkring uppkommer till hela 18 procent av den totala mängden utsläpp av växthusgaser i världen (FAO, 2006). Totalkonsumtionen av kött har i Sverige ökat med 33 procent mellan år 1980 och år 2010 (Jordbruksverket, 2013). Den totala mängden per person och år uppkommer till cirka 48 kilo vilket är vikten i rå form som i förlängningen innebär att vikten är något lägre när man räknat av det som förviner vid styckning och tillagning. (Jordbruksverket, 2013).

Det finns flera olika sätt att minska utsläppen från animalieproduktionen (Jordbruksverket, 2013). Ett sätt att nå en hållbar konsumtion av kött är att minska köttkonsumtionen och ersätta detta med andra proteinkällor. Främst gäller det att minska nötköttkonsumtionen då den orsakar mest skadliga utsläpp för miljön, vilket beror på att nötkreatur bildar metan i ämnesomsättningen (Jordbruksverket, 2013). I Sverige beräknas varje person stå för två ton utsläpp av växthusgaser enbart från maten, där köttet står för den största andelen. Ur ett hållbarhetsperspektiv behöver varje individ minska köttkonsumtionen för att enligt beräkningar kunna komma under de önskvärda två ton utsläpp per person och år från maten.

Vad gäller miljöpåverkan kan den ekologiska livsmedelsproduktionen vara likvärdig med den konventionella odlingen eller produktionen (Lagerberg, 2008). Vidare menar Lagerberg att den ekologiska potatisen jämfört med den konventionella potatisen kan ha liknande energibehov och bidra till lika mycket utsläpp av växthusgaser och på grund av den stora osäkerheten i odlingen bland ekologisk potatis, kan svinnet bidra till att ekologisk potatis till och med är sämre. Spannmålsodling av ekologisk spannmålsodling kräver däremot mindre energiåtgång samt utsläpp jämfört med konventionell odling. Detta beror bland annat på att framställningen av mineralgödsel kräver mycket energi och bidrar med utsläpp. Generellt sett ger animalieprodukter mer utsläpp än vegetabilier och vad gäller baljväxter är säsonganpassning en viktig faktor för minskad miljöpåverkan. Lagerberg (2008) beskriver att det även finns negativa miljöaspekter gällande odling av baljväxter runt om i världen. Dock drar hon slutsatsen att miljöpåverkan från baljväxter påverkar miljön mindre än vad kött gör, oavsett om de är inhemska eller importerade. Enligt Livsmedelsverkets rekommendationer serveras det ris, spannmål och potatis till många utav rätterna i skolmaten (Livsmedelsverket, 2007). Ur miljösynpunkt och klimatpåverkan ger riset större miljöpåverkan än spannmål och potatis (Lagerberg, 2008).

Göteborgs måltids - och miljöprogram

Göteborgs Stad har tagit fram ett måltidsprogram och miljöprogram som gäller för hela området, för att möta kravet på ökad miljömedvetenhet. Miljöprogrammet består av tolv olika punkter, vilket tar upp allt från övergödning till vattenresurser och det som är relevant i detta sammanhang är främst koldioxidutsläppen.

Måltidsprogrammet grundar sig bland annat på Livsmedelsverkets råd om mat för skola, förskola, äldre och de svenska näringsrekommendationerna (SNR). Måltidsprogrammet innehåller riktlinjer rörande såväl människans behov av energi och näringsämnen som måltidsordning och rekommendationer kring val av livsmedel (s. 2).

I måltidsprogrammet rekommenderas det även att byta ut en eller två köträtter till vegetariska måltider i veckan (Göteborg stad, 2011. s. 2.).

Varje individ i Göteborgs stad släppte ut 5,6 ton fossil koldioxid år 2011 (Göteborgs stad, 2013). Av detta är det transporter, energiförbrukning i boende men även konsumtion av varor och tjänster som är de största orsakerna. Målet är att innan 2050 komma ner till ett utsläpp på max 1,9 ton vilket innebär att det är ett stort arbete som ligger framför. Ett steg är att ändra konsumtionsmönstret av varor och välja klimatsmart (Göteborgs stad, 2013). Att välja vegetarisk mat istället för exempelvis nötkött som är det kött som under hela processen från uppfödning tills det hamnar på tallriken är det som släpper ut mest skadliga växthusgaser, skulle kunna vara ett steg i rätt riktning. Även Lagerberg (2008) hävdar att köttets klimat - och miljöpåverkan är större än miljöpåverkan från vegetabilier.

Svinn i storhushåll, en ekonomi -och miljöfråga

Svinn i storhushåll förekommer i olika former, exempelvis som tillagningssvinn, kantinsvinn och tallriksavskrap (Naturvårdsverket, 2009). Detta betyder med andra ord att resurser i form av pengar kastas. Svinn förekommer i hela livsmedelskedjan (Naturvårdsverket, 2009). Enligt samma källa skulle mängden svinn kunna minska om personalen i storhushållen får en helhetssyn i kvalité, ekonomi och miljö. Vad som kan göras åt svinn i skolan menar Naturvårdsverket är att uppmärksamma och tydliggöra mängden svinn exempelvis genom mätning, information till elever och personal om miljöaspekter och ekonomiska aspekter på svinn, låta eleverna äta i en lugn miljö utan tidspress samt arbeta med planering av inköp och bedömning av hur mycket mat som går åt. Det kan även vara av nytta att se över tillagningsmetoder i köken i syfte att minska svinn. Att använda ugnen mer visar på att svinn minskar (Bergström & Post, 2007).

Ekonomiska aspekter

Det är många olika aspekter som väger in i ett eventuellt val mellan kött och ett vegetariskt alternativ. En av dem är den ekonomiska aspekten. Det är enligt Bergström & Post (2007) viktigt att balansera produktionen med efterfrågan. Detta innebär att det endast ska produceras mat som kommer att konsumeras. Att byta ut köttet mot exempelvis baljväxter kan innebära en lägre kostnad vilket inte bara är bra ur ekonomisk synvinkel utan bidrar även till att man

kan välja fler ekologiska produkter då kostnaden inte längre är lika stor (Bergström & Post, 2007).

Vegetariska alternativ till kött bör vara proteinrika livsmedel för att kunna konkurrera med köttets näringsinnehåll (Göteborgs stad, 2011). Tabellen nedan belyser både livsmedel av animaliskt kött som ofta används i skolan samt de mest proteinrika grönsakerna enligt Abrahamsson et al (2008). Vi har valt att jämföra animaliska produkter med de mest proteinrika vegetabiliska alternativen, detta för att se prisskillnaden mellan två relativt lika produkter ur näringssynpunkt.

Tabell 2. Livsmedelspriser

Ett kilo ekologiskt nötkött	4 gånger dyrare än ett kilo gröna linser
Ett kilo ekologisk köttfärs	17 % dyrare än ett kilo sojafärs
Ett kilo kycklingfilé	70 % dyrare än ett kilo kidneybönor
Ett kilo Hökfibla, fisk	9 % dyrare än ett kilo sojabönor

(Livsmedelspriser från Göteborg stads upphandling. Information från Birgitta Olausson - Administratör på Matlandet, Lundbystatsdelsförvaltning)

Skolmaten i Sverige

Avsnittet beskriver skolmåltidsverksamheten i Sverige. Den historiska framväxten av skolmåltiden i stort kommer beskrivas samt lagar och riktlinjer som är intressanta för det valda ämnet för den här uppsatsen.

Skolmaten ur ett historiskt perspektiv

Skolmåltidsverksamheten förekommer sedan mitten på 1800-talet (Skolmatens vänner, 2013). Dock är man inte säker på en exakt tidpunkt då skolbispisningen uppkom. Det som då serverades var enkel mat, så som gröt och soppa. Skolmaten började byggas ut i slutet av 1800-talet och runt 1930 började bispisningen uppnå större skala. Detta var i takt med att staten fått upp ögonen för den låga näringsstandarden i Sverige. År 1945 införde staten kostnadsfria skolmåltider för eleverna. Detta införande skedde successivt till mitten av 70-talet, då skolmatreformen var genomförd i alla kommuner i Sverige. Enligt Halling (1990) var lagstiftningen om skolmat inte tvingande, men trots det erbjöds skolmat bland grund- och gymnasieelever i många kommuner.

Skolmaten

Enligt skollagen (SFS 2010:800) som är utformad för grundskolan ska måltiderna som serveras i skolan vara kostnadsfria samt näringsberäknade. Det finns ingen skollag som reglerar skolmåltiden för gymnasieskolorna.

Till stöd för skolmåltidsverksamheten finns det riktlinjer utformade av Livsmedelsverket som heter ”Bra mat i skolan” (Livsmedelsverket, 2007). Denna framhåller att det är viktigt att skolmaten innehåller rätt sorts näring för att därmed kunna ge energi till eleverna i skolan eftersom bra mat och fysisk aktivitet gör barnen pigga och koncentrerade. Enligt Livsmedelsverkets rekommendationer ska skollunchen ge 25-35 % av det dagliga energiintaget (Livsmedelsverket, 2007). Dessa rekommendationer gäller enbart för grundskolan, däremot kan det vara ett stöd för personal som arbetar med utformning av menyer för gymnasieelever.

Skolmatens problematik

I Persson Osowski (2012) avhandling som handlar om det allmänna tänkandet kring skolmaten, tar författaren upp problematiken kring människors kollektiva negativitet kring skolmaten. Författaren menar att skolmaten är ett laddat fenomen eftersom det ställs krav på att skolmaten ska kunna jämföras med måltider som äts i hemmet, det ska vara näringsriktig och gratis samtidigt som skolorna ofta har en snäv budget att hålla sig till. Det är svårt för storhushåll att uppfylla alla dessa krav utifrån. Författaren menar att det ständigt pågår ett förändringsarbete kring skolmaten för att komma tillrätta med den negativa sociala konstruktionen (Persson Osowski, 2012).

Ungdomar

Avsnittet beskriver ungdomars identitetsskapande i förhållande till matval samt ungdomars syn på skolmat.

Ungdomars identitet

Ungdomsåren är präglade av både fysiologiska och psykologiska utvecklingsfaser (Forsnäs, 1994) Detta med början vid puberteten tills kroppen i princip är färdigväxt. Identitet, menar författaren, är ett nyckelbegrepp inom forskningen kring ungdomar. Enligt Parinder (2012) skapas en ny fas av identitetsskapande när ungdomarna flyttat hemifrån som i sin tur leder till ett slags frigörelse från föräldrarna.

Ungdomar rör sig tillsammans och skapar något slags kollektiva rörelser inom vissa stelar som utgör olika gruppkonstellationer, hävdar Forsnäs (1994). Författaren tar upp att familjen och kompisar är betydelsefulla personerna vid skapandet av sin identitet. I ungdomsgrupper finns gemensamma intressen (Forsnäs, 1994). Det finns inte endast likheter i grupperna utan även skillnader i form av kön, ålder och sociokulturella förutsättningar. Samma källa tar även upp att ungdomars beteenden som skapas under den psykologiska fasen formar ett mönster som kan följa dem resten av livet. Händelser som att flytta hemifrån, välja

gymnasieprogram och eventuellt bilda egen familj utgör viktiga ståndpunkter i livet (Parinder, 2012).

Ungdomars matval

Det finns flera olika faktorer som påverkar ungdomars matval (Parinder, 2012). Dessa är etik, smak, ekonomi, hälsa, sociala relationer och kunskap. Vissa mathändelser och upplevelser från barndomen eller uppväxten kan påverka deras val av mat. När ungdomarna flyttat hemifrån har de själva frihet att välja utifrån sina egna hälsomässiga ställningstagande och ekonomiska förutsättningar. De tar ett kliv mot självständighet när de flyttar hemifrån, där matval är en del av förändringen. Några fler skäl som påverkar ungdomars matval lyfts fram av Larsson (2003), dessa är vänner, familj, media, musik och skolan som påverkar matvalet såväl hemma som i skolan.

Ungdomars val kan skilja sig mellan teori och praktik, när det var andra skäl än de etiska aspekterna som avgjorde valet av ekologiska livsmedel (Parinder, 2012). Vissa köpte ekologisk mjölk för att de tyckte det var gott istället för att det var miljövänligt. Vad gäller valet att inte äta kött kunde även samma mönster utläsas, då vissa inte tyckte om köttets smak och konsistens. Det kunde även vara för att de ekonomiska förutsättningarna spelade roll och där hänsyn till klimatet inte var huvudmotivet.

Ungdomar som varit med sina föräldrar och handlat mat tycker ofta att det varit positivt för dem (Parinder, 2012). Samtidigt tyckte vissa att de tagit för stort ansvar i tidig ålder, när exempelvis föräldrarna varit borta eller arbetat långa dagar. Föräldrarnas påverkan avtar när ungdomarna flyttat till eget hushåll. Vad gäller matval och tillredning blir istället kompisar en förebild för ungdomar. Ett resultat i studien (Parinder, 2012) visade att många ungdomar väger in hälsomässiga samt miljömässiga perspektiv i matvalet.

Ungdomar och skolmat

Vad gäller skolmaten är det flera viktiga faktorer som spelar in vid valet av mat. Enligt Dahlgren (2010) kan dessa faktorer sammanfattas genom fyra huvudanledningar vilket är mat, inflytande, service och miljö. Smaken är det som värdesätts högst bland gymnasieelever framkommer i Dahlgrens magisteruppsats. Hela 78 % anser det vara *jätteviktigt* med hur maten smakade i skolans måltider. Materialet visar att maten ska vara varm, god och fräsch samtidigt som det är viktigt att det ser inbjudande ut. Även omsorgsfull tillagning, näringsrikthet, tillräcklig mängd mat och variation i matsedeln är några aspekter som nämns inom området. Begreppet *miljön* syftar författaren till matsalsmiljön. Det är viktigt att den är ren och fräsch och att det finns utrymme att sitta och koppla av tillsammans med kompisarna. I matsalen finns det alltid mat, vilket innebär att det alltid finns något att äta. Gymnasieeleverna i Dahlgrens magisteruppsats anser att det inte behöver vara god mat för att gå till matsalen, utan att det även är en social företeelse. I och med detta går ungdomarna till matsalen för att umgås, vilket ibland kan leda till att testa nya maträtter. Inflytande i form av att vara med och bestämma över matsedelns utformning upplevs vara en viktig faktor kring uppfattningarna om måltidskvalitén (Dahlgren, 2010).

Prell (2010) undersöker ungdomars konsumtion av fisk i årskurs åtta på en högstadieskola i Göteborgsområdet. Denna studie visar att det finns en viktig betydelse i att mat, i det här fallet fisken, presenteras på ett aptitligt sätt så att ungdomarna ska vilja äta fisken. Ungdomarna upplevde däremot att lukten från tillagning av fisk, kunde göra att några avstod från att äta fisk den dagen det serverades. En annan betydande del för positiv inverkan kring mat hos ungdomar menar Naturvårdsverket (2009) är de pedagogiska måltiderna på skolan. Enligt Livsmedelsverket (2013) är pedagogiska måltider exempelvis ett tillfälle att lära eleverna om hållbara måltider. Det är även ett tillfälle att prova lära känna olika kulturer och maträtter. Pedagogiska måltider ingår i lärarnas arbetstid och är ett tillfälle att utbyta kunskap om mat. (Livsmedelsverket, 2013). Detta kan leda till förbättrad mat ro, prövning av nya maträtter och att samtal skapas kring matens betydelse.

Inflytandet och möjligheten att kunna framföra önskemål och förslag till förbättringar förhöjer upplevelsen, vilket ses som en viktig faktor (Dahlgren, 2010). Samma faktor beskriver Prell (2010) angående ungdomarnas inflytande på matsedeln. Där kände ungdomarna att de saknade inflytande. Vad gäller servicen som Dahlgren (2010) beskriver som ett av huvudmotiven kring upplevelsen av skolmåltiden, är det även logistiken i matsalen som är viktig, alltså hur det fungerar där maten tas och där disken lämnas. Även kontakten med matsalspersonalen gör intryck på matens betydelse.

Vegetarisk mat

I detta avsnitt tar vi upp tre huvudområden som handlar om den vegetariska maten. Första delen handlar om den vegetariska maten ur ett historiskt perspektiv. Vidare redogör vi för olika anledningar till varför vissa väljer att äta vegetariskt samt den sista delen beskriver olika typer av vegetarisk kost.

Den vegetariska maten ur ett historiskt perspektiv

Enligt Qvarsell (2005) tillbringar vi mycket tid vid matborden och att maten ger kroppen liv. Han menar att mathistorien är vår biografi. Diskussioner om vegetarisk föda har rötter långt bak i tiden. Redan den första Moseboken tar upp diskussionen om hur människan bör leva av djur- och växtdelar. De första föreningarna för vegetarianer kom på 1840-talet i England. På 1890-talet skrevs de första svenska översättningarna av kokböcker kring vegetarisk mat. På den tiden var tanken bakom vegetarisk mat att sträva efter ett naturligt levnadssätt och djurs rättigheter.

Svenska vegetariska föreningen, SVF, var en av Sveriges första föreningar för vegetarianer och den bildades i Sverige 1903 av J L Saxon i syfte att föra ut kunskap av billig, enkel föda från växtriket som kunde ge förbättrad hälsa och levnadsvillkor (Vegetarian, 2013).

Anledningar till att äta vegetarisk mat

Valet att äta vegetarisk mat kan bero på ett flertal olika skäl bland ungdomar (Parinder, 2012). Ungdomars matval kan bero på etik, smak, ekonomi, sociala relationer, hälsa, kunskap eller miljö. De flesta är influerade av föräldrarnas åsikter och val av inköp av mat. Men även om

ungdomarna i hennes studie förespråkar lokalproducerat, grönsaker och vegetarisk mat, behöver det inte betyda att det utförs i praktiken. Även Larsson (2003) menar att det finns flera skäl till att äta vegetarisk eller vegankost. För de ungdomar som valt att bli vegetarianer eller veganer i tidig ålder kan ha fått avsmak för köttets smak och konsistens. Etik och hälsa är andra aspekter menar Larsson (2003) Anledningar till att bli vegan handlar dock främst om moralen kring hur djuren behandlas. Vad gäller valet av att äta vegetarisk mat i skolan behöver det inte automatiskt betyda att man väljer att äta vegetarisk mat hemma (Parinder, 2012).

Det finns de som anser att vegetarisk kost kan vara att föredra vid olika sjukdomstillstånd, exempelvis vid diabetes (Diabetesförbundet, 2013). Att äta vegetariskt är då gynnsamt för att det innehåller mycket fibrer som stabiliserar blodsockret och det innehåller även mindre protein vilket belastar njurarna mindre. I en artikel i The Amerikan Journal Of Clinical nutrition kan det även läsas om att forskning har visat att risken för hjärtsjukdomar minskar vid en vegetarisk kosthållning (Crowe, Appleby, Travis, & Key, 2012).

Olika typer av vegetarisk kost

Det finns olika typer av vegetarisk kost (Vårdguiden, 2010). Vissa tar endast bort rött kött ur sin kost medan andra väljer att ta bort även fisk och kyckling. Om man väljer en helt vegetarisk kost till barn och ungdomar krävs noggrann planering och god kunskap. Om den vegetariska kosten är väl sammansatt, innehåller berikade produkter samt ger tillräckligt med energi kan barn klara sig på en hel-vegetarisk kost (Livsmedelsverket, 2013). Serveras det vegetarisk kost i skolan är det viktigt att livsmedlen är järnrika och med hög proteinhalt för att tillgodose ungdomarnas dagliga behov. Det kan till exempel vara sojaprodukter, bönor, ärtor och linser (Livsmedelsverket, 2007).

Kött är generellt sett en bra näringskälla då det innehåller protein av hög kvalitet samt viktiga vitaminer och mineraler. Detta är främst vitamin B12 samt järn, selen och zink (Abrahamsson et al., 2008). När det är en kost utan kött är det viktigt att köttet ersätts som livsmedel med ett annat som tillgodoser behovet av dessa vitaminer och mineraler.

Vegetarisk kost kan delas in i olika inriktningar som alla innebär uteslutande av olika animaliska produkter:

Tabell 1. Inriktningar vegetarisk kost

Inriktning:	Innehåll:
Laktovegetarisk kost	Livsmedel från växtriket samt mejeriprodukter
Lakto-Ove-vegetarisk kost	Livsmedel från växtriket, mejeriprodukter samt ägg
Vegankost	Livsmedel från växtriket
Halvvegetarisk kost	Livsmedel från växtriket, mejeriprodukter, ägg samt fisk

(Vårdguiden, 2010)

Begreppsförklaring

I den här uppsatsen har vi valt att använda oss av begreppet inställning istället för attityd, då detta är ett för komplext begrepp.

Inom vetenskapen kallas en attityd för en grundläggande värdering hos en person. En individs attityd står för mer än bara individens *tyckande* (Patel & Davidsson, 2003). Attityden till att utföra ett visst beteende påverkar huruvida ett visst beteende kommer att utföras (Biel, 2002). Detta betyder med andra ord att om en attityd kan ändras, kan det vara möjligt att även ändra ett beteende. Beteende är med andra ord det som utförs i handling. I de flesta fall innebär ett beteende att det har en grund i en attityd eller inställning. Det kan i vissa fall vara tvärtom, det vill säga att ett nytt beteende utförs och därefter skapas en attityd till det (Biel, 2002). Detta innebär då att om det finns en positiv attityd till ett beteende, är sannolikheten stor att man kommer att fortsätta med det beteendet. Tvärtom vid en negativ attityd. En attityd som påverkar ett beteende kan skapa en vana. Detta genom att en positiv attityd främjar ett fortsatt beteende. När beteendet utförs kontinuerligt har en vana skapats (Biel, 1999). I och med att en vana är skapad så behöver nödvändigtvis inte attityden finnas kvar och det ursprungliga beteendet kan vara bortglömt (Biel, 1999).

METOD

Elevers inställning till vegetarisk mat kan ha stor betydelse vid planering av skolmåltider, exempelvis gällande produktionsmängd och miljösynpunkt. Vad har elever för kunskap om vegetarisk mat och hur ställer de sig till servering av det i skolan? För att få bekräftat vilka inställningar ungdomar har till vegetarisk mat, valde vi en kvantitativ ansats som metod. Kvantitativ forskning innebär mätningar, där resultatet utläses i form av kvantitativ data. Dessa mätningar avser främst numeriska data, alltså siffervärden (Patel & Davidsson, 2003). Om frekvenser ska anges eller vid beskrivning av ett visst antal procent ur befolkningen som tycker på ett eller annat sätt bör en kvantitativ metod användas (Trost, 2012). Om man däremot skulle vara intresserad av att förstå olika människors sätt att reagera eller resonera, bör en kvalitativ metod användas. I kvantitativa metoder är det viktigt att förhålla sig till två saker, nämligen reliabilitet samt validitet (Thurén, 2007). Reliabilitet innebär tillförlitlighet, vilket betyder att urvalet av personer, till exempelvis en opinionsundersökning ska vara representativt. Detta så att inte tillfälligheter styr resultatet. Validitet innebär att man verkligen studerat det man ville studera och ingenting annat.

Urval

Vår målgrupp för enkätundersökningen skulle inkludera både tjejer och killar i årskurs 1-3 på gymnasienivå. Vårt mål var att utföra enkätundersökningar på en gymnasieskola med varierande programinriktningar för att få en så stor spridning på svaren som möjligt. Detta för att vi tror att olika gymnasieprogrammen kan ha olika referensramar. Skolor som ligger i utkanten och i centrala delar av Göteborg kan visa på sociokulturella och socioekonomiska skillnader som spelar roll eller påverkar resultatet på olika sätt. Det kan även skilja mellan vilka olika program skolorna har, då vissa program attraherar mer killar och vissa andra mer tjejer. Oavsett vilken skola vi valde kan det finnas faktorer som kan påverka resultatet att ta ställning till. Vi bestämde oss därför för att lägga vårt fokus på att finna en skola där det finns många olika inriktningar. På detta sätt fick vi en spridning mellan kön och inriktningar. I och med att vi fick ta kontakt med eleverna i korridoren fick vi i efterhand reda på vilka program de läser och vilken spridning det blev mellan kön och inriktning. Samma sak gäller fördelningen mellan könen, vi valde inte ut att vi skulle ha 50 % killar och 50 % tjejer utan vi fick i efterhand se hur spridningen dem emellan blev. Vi ville även att skolan skulle ha en skolbespisning.

Vi använde oss av ett icke-slumpmässigt urval i vår studie. Till de icke-slumpmässiga urvalen tillhör kvoturval, bekvämlighetsurval samt strategiskt urval (Trost, 2012). Vi har valt att använda oss av ett strategiskt urval, vilket innebär att det ofta rör sig om ett visst urval som inte på några sätt är representativa i statistisk mening. Denna metod innebär att först välja ett visst antal variabler som har teoretisk betydelse för studien. Därefter väljs ett antal konkreta värden eller egenskaper som är viktiga för studien. I det tredje steget väljs kategorier eller

variabelvärden, till exempel har kön två kategorier och ålder kan delas upp i unga, medelålders eller äldre (Trost, 2012).

Vi ringde runt till ett flertal skolor i Göteborgsområdet men fick flera svar att de inte hade tid och möjlighet att ställa upp på enkätundersökningar. Vi fick till sist möjlighet att komma till en stor gymnasieskola i centrala Göteborg. Villkoret var att vi inte fick gå in i klassrummen och dela ut enkäterna utan vi fick vara utanför aulan där vi fick försöka kontakta eleverna själva. Genom att vi delade ut enkäterna till förbipasserande innebär det att ingen på skolan har exkluderats utan alla elever har fått en chans att vara med på undersökningen. Skolan som vi besökte låg i centrala Göteborg och hade flera olika inriktningar, bland annat estet- natur- och samhällsprogrammet. Det går ungefär 1850 elever på skolan. I skolan serveras det varje dag en dagens rätt samt en vegetarisk rätt.

Undersökningens syfte var att identifiera inställningar till vegetarisk mat i skolan bland gymnasieelever. Därmed ville vi använda oss av mer än 100 enkäter för att kunna få ett tillräckligt underlag för att kunna analysera resultaten.

Om bortfallet i en studie är stort ska man vara försiktig med de slutsatser som dras ur den bearbetade data, vilket kan leda till missvisande fakta (Trost, 2012). Vi valde att trycka ut 120 stycken enkäter för att vara på den säkra sidan. Vi fick 118 svar vilket betydde att bortfallet blev två stycken enkäter. Dessa två enkäter försvann då en intresserad lärare ville ha ett exemplar och den andra försvann. Troligen har någon börjat fylla i den och sedan inte lämnat in den till oss.

Utformning av enkät

Studiens syfte var att identifiera inställningar vilket avgjorde hur enkäten skulle utformas. Genom att använda Likertskalan som innebär att respondenterna ska instämma eller ta avstånd från ett påstående, mäts deltagarnas attityder (Ejlertsson, 2005). I detta fall mäter vi inställningar vilket kan liknas vid attityder. Här används en skala där det finns två ytterpunkter, instämmer helt och instämmer inte alls. Ett sista alternativ var vet ej vilket respondenten kunde fylla i om de inte tyckte att något av de andra fyra alternativen stämde överens med deras värderingar. För att få ut ett resultat används olika påståenden som deltagaren ska ta ställning till genom att kryssa i den rutan som stämmer bäst överens (Patel & Davidsson, 2003). Syftet med mätskalan är att skilja på den positiva och den negativa värderingen.

Enkäten gällande attityder ska vara utformad på ett sådant sätt så att det ska vara lätt för respondenten att förstå frågorna samt svarsalternativen (Trost, 2012). Har läsaren svårt att förstå frågorna och om dessa innehåller krångliga eller svåra ord kan frågorna lätt missuppfattas, vilket ger en låg reliabilitet. Om många missuppfattar frågan är det inte bara reliabiliteten som är låg utan även validiteten.

När enkäten rymdes på ett A4-ark och kändes klar, testade vi den på några kurskamrater som även de skrev C-uppsats och har viss erfarenhet av enkäter. Efter det gjorde vi en del justeringar, till exempel ändringar av de fyra svarsalternativen *instämmer helt, instämmer, instämmer inte, instämmer inte alls samt vet ej* till *Ja, Nej och Vet ej* på vissa frågor och påståenden. Detta gjordes på grund av att det räckte med de senaste svarsalternativen för att kunna få ut ett relevant svar till enkätfrågorna. Det tillkom även ett påstående där respondenterna fick fylla i om de ansåg sig ha *låg, medel* eller *hög* kunskap om vegetarisk mat. (Bilaga 1)

Insamling av data

Vi fick stå vid ett bord vid skolans aula och ta kontakt med personer som gick förbi oss eller satt ner utmed korridorerna. Vi frågade dessa ungdomar om de kunde tänkas hjälpa oss att fylla i vår enkät. Enkäten tog mellan 3-4 minuter för respondenten att fylla i. Många sa ja och fyllde i enkäten på plats medan andra sa nej och gick därifrån. Vid ett tillfälle fick vi möjlighet att lämna ut enkäter till alla elever i en klass, efter att ha fått tillstånd från klassföreståndaren. Enkätens syfte och de etiska aspekterna stod tydligt på framsidan av varje enkät. Mer information om de etiska övervägandena kommer under rubriken “ Etiska överväganden”.

Efter tre timmar hade alla enkäter samlats in. Det gick förvånansvärt fort och vi fick även mycket positiv respons från de allra flesta elever. Vid några tillfällen under tiden insamlandet pågick fanns det elever som stod i kö för att få svara på enkäten. Med denna metod fick vi enkäterna ifyllda och klara direkt, vilket betydde att vi direkt efter all datainsamling kunde börja analysera de empiriska data vi fått in.

Analysering av data

Data som samlats in från enkäterna har lagts in och bearbetats i statistikprogrammet SPSS 17. Svarsalternativen kodades för att lätt kunna bearbetas i programmet och alla frågor lades in i ordningsföljd. Därefter numrerades alla enkäter för att det skulle vara lätt att gå tillbaka och granska en specifik enkät om det skulle behövas. I SPSS använde vi oss av korstabeller för att få fram ett jämförande resultat på vissa frågor. Vid övriga resultat användes frekvenser för att kunna avläsa hur många som svarat på de olika alternativen.

Etiska överväganden

När enkäter används som kvantitativ metod är det viktigt att tänka på de etiska aspekterna (Ejlertsson, 2005). De som var relevanta vid denna studie var informationskravet, samtyckeskravet, och nyttjandekravet. Detta innebar att vi som delade ut enkäten förklarade enkätens syfte och att det endast är vi som arbetar med enkäten som kommer ta del av

informationen. Även på enkätdokumentet informerades deltagarna om enkätens syfte och att det är frivilligt att delta. Genom att svara på enkäten gav deltagarna sitt samtycke att medverka. De uppgifter som vi fått in från enkäterna användes endast i undersökningens syfte och ingenting annat. Det finns även ett fjärde krav gällande enkäter, konfidentialitetskravet som innebär att deltagarnas personuppgifter ska förvaras på ett sätt, där obehöriga inte ska kunna ta del av dessa uppgifter utan deltagarnas medgivande (Ejlertsson, 2005). Detta var dock inte relevant i denna studie då vi inte begärde några personuppgifter.

RESULTAT

Resultatet innehåller data från 118 enkäter som lämnades ut på en gymnasieskola i centrala Göteborg. Respondenterna går i årskurs ett till tre på gymnasiet och fördelningen däremellan är enligt följande:

Årskurs 1	26 killar	18 tjejer
Årskurs 2	33 killar	24 tjejer
Årskurs 3	5 killar	12 tjejer

Eleverna läser olika gymnasieprogram och fördelningen mellan dessa är följande;

Naturvetenskapsprogrammet	69 elever
Samhällsvetenskapsprogrammet	11 elever
Ekonomiprogrammet	10 elever
Estetiska programmet	27 elever

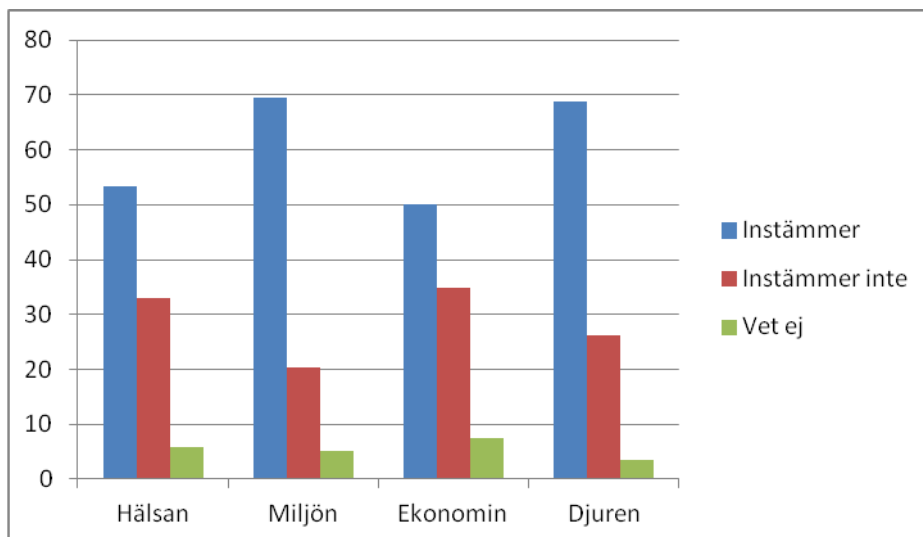
Majoriteten av respondenterna (69,5%) är uppväxta i Göteborgs kommun. Utöver dessa kommer några från Mölndals kommun (6,8 %), Partille kommun (6,8 %), Kungsbacka kommun (2,5 %) och enstaka procent från andra närliggande kommuner.

Resultatet visar elevernas inställningar till vegetarisk mat. Detta innefattar bland annat anledningar till att de väljer eller inte väljer att äta vegetariskt, exempelvis av miljöskäl eller ekonomiska skäl. Det visar även vilken kunskap respondenterna har kring vegetarisk mat.

Inställningar till vegetarisk mat

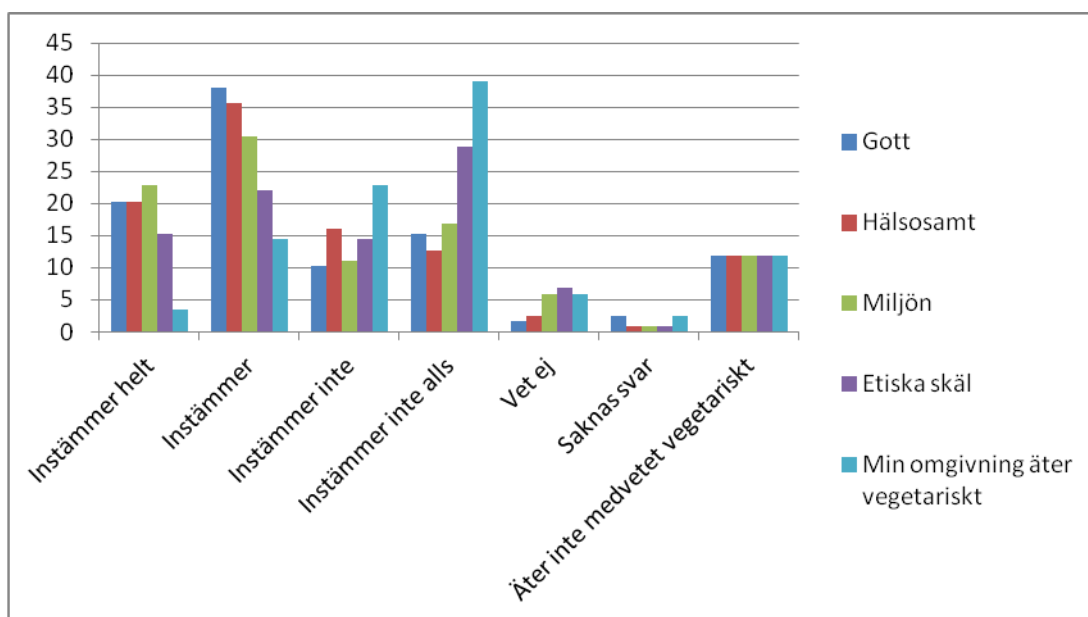
Av respondenterna så svarar ungefär 90 % att de instämmer i påståendet att våra matval påverkar miljön. I påståendet att äta kött påverkar miljön svarade ungefär 80 % att de instämmer vilket visar på en klar majoritet.

Frågan *Att äta vegetariskt är bra för: djuren, miljön, hälsan, ekonomin, vet ej* innebar att respondenterna kunde ta ställning till flera alternativ som de anser ger goda skäl att äta vegetariskt för. I figur 1 nedan framgår det hur respondenterna har svarat. Det väsentliga i resultatet gällande denna fråga är att totalt 68,7 % instämmer i att det är bra att äta vegetariskt för djurens skull. 69,5 % anser att det är bra att äta vegetariskt för miljön skull. Gällande hälsan anser ungefär hälften att det är bra att äta vegetariskt medan 33 % inte instämmer i detta. Vad gäller ekonomin är det jämnt mellan de som instämmer och de som inte instämmer eller inte vet, hälften svarade instämmer eller instämmer helt. 42,4% svarade att de inte instämmer eller att de inte vet. I diagrammet nedan redovisas instämmer helt och instämmer tillsammans samt instämmer inte och instämmer inte alls (se figur 1).



Figur 1. Det är bra att äta vegetariskt för: djuren, miljön, hälsan, ekonomin

Även frågan *Jag äter vegetarisk mat med anledning att: det är gott, det är hälsosamt, det är bra för miljön, det är rätt av etiska skäl, min omgivning äter vegetariskt* gav respondenterna möjligheterna att ta ställning till flera alternativ. Detta innebär att de kunde fylla i alla alternativ med olika svar, exempelvis att de instämmer till att de äter med anledning att det är gott och instämmer inte på de följande alternativen. De instämmande svaren visade att lite mer än hälften äter vegetariskt för att är gott, för att det är hälsosamt och för att det är bra för miljön. En aning färre, 37,3 %, anger att de äter vegetariskt av etiska skäl och 17,8 % att de äter det för att deras omgivning gör det. Av respondenterna svarar 11,9 % att de inte medvetet äter vegetarisk mat vilket innebär att de inte kan ta ställning till de olika alternativen. (Se figur 2)

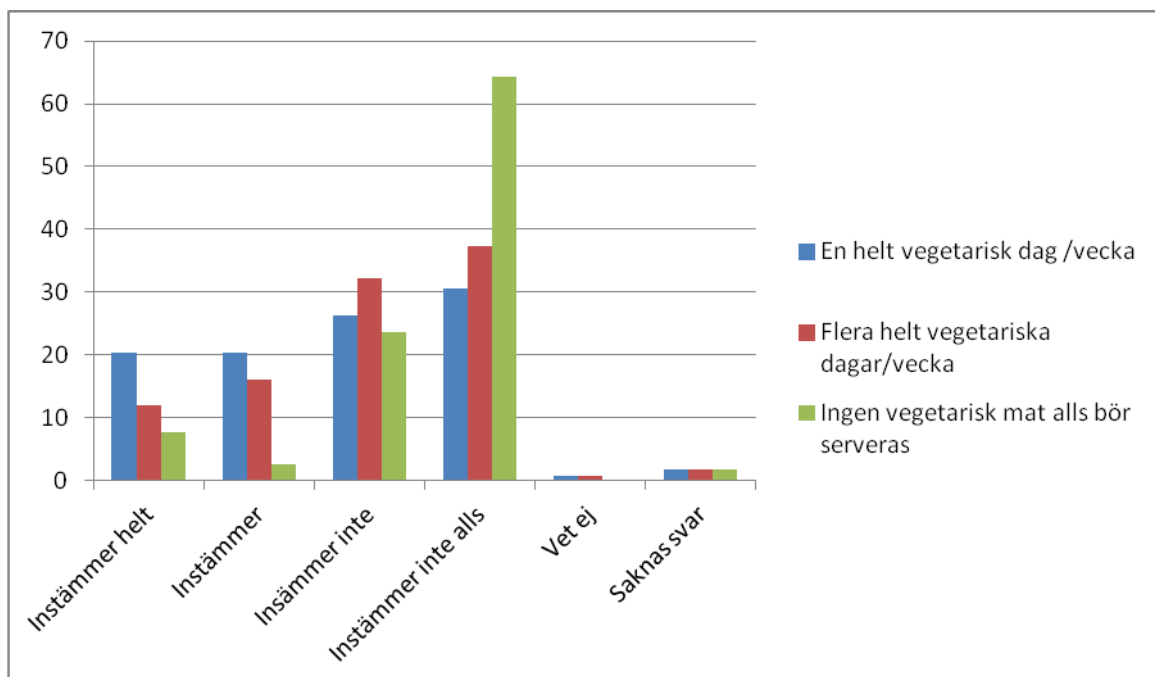


Figur 2. Olika anledningar till att respondenterna äter vegetarisk mat

Lite drygt 60 % av respondenterna ansåg att den vegetariska maten i skolan är god. Av de resterande svarar de flesta att de inte instämmer och några få att de inte vet.

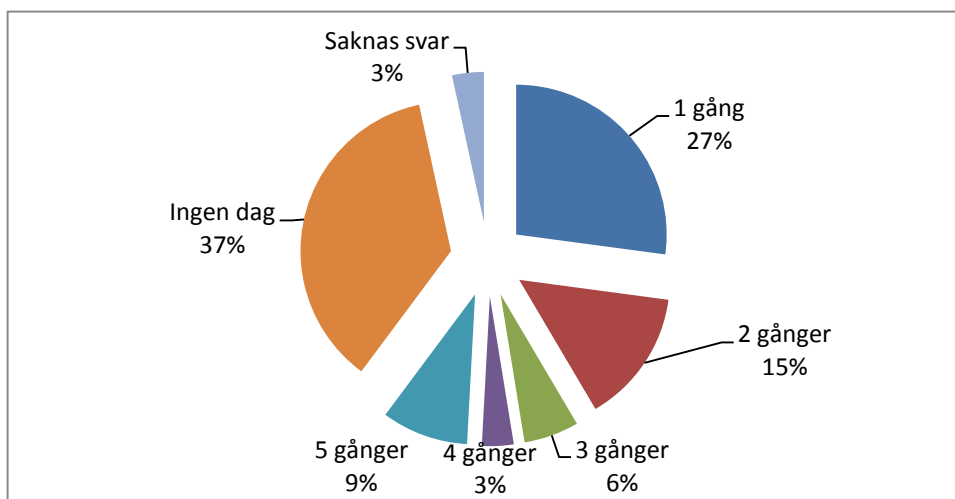
En klar majoritet, 78 % har svarat att de har kompisar som äter vegetariskt, 14,4 % har svarat nej och 7,6 % har svarat vet ej eller inte alls. Endast 16,9 % har svarat att deras föräldrar äter vegetarisk mat och resterande har svarat att deras föräldrar inte åt vegetarisk mat.

Påståendet att det serveras vegetarisk mat för ofta i skolan gav ett relativt jämnt resultat, 41,5 % instämmer att det serveras vegetarisk mat för ofta i skolan. Därefter anger hälften att de inte instämmer och 6,8 % vet ej eller har inte svarat alls. Nästan alla, 88,1 %, instämmer inte i att vegetarisk mat bör uteslutas ur skolmåltiden. Ungefär en tredjedel instämmer i att det borde vara flera helt vegetariska dagar i skolan per vecka och närmare hälften instämmer i att det borde vara en helt vegetarisk dag i skolan per vecka. (Se figur 3)



Figur 3. Helt vegetariska dagar i veckan som vegetarisk mat bör serveras eller om den ska uteslutas helt ur skolmåltiden

Vidare har ungefär hälften angett att de skulle vilja äta helt vegetariskt någon eller några dagar i veckan. Av dessa angav de flesta att de ville att detta skulle ske en gång i veckan. Närmare 40 % ville inte att det skulle vara någon helt vegetarisk dag per vecka i skolan. (Se figur 4)

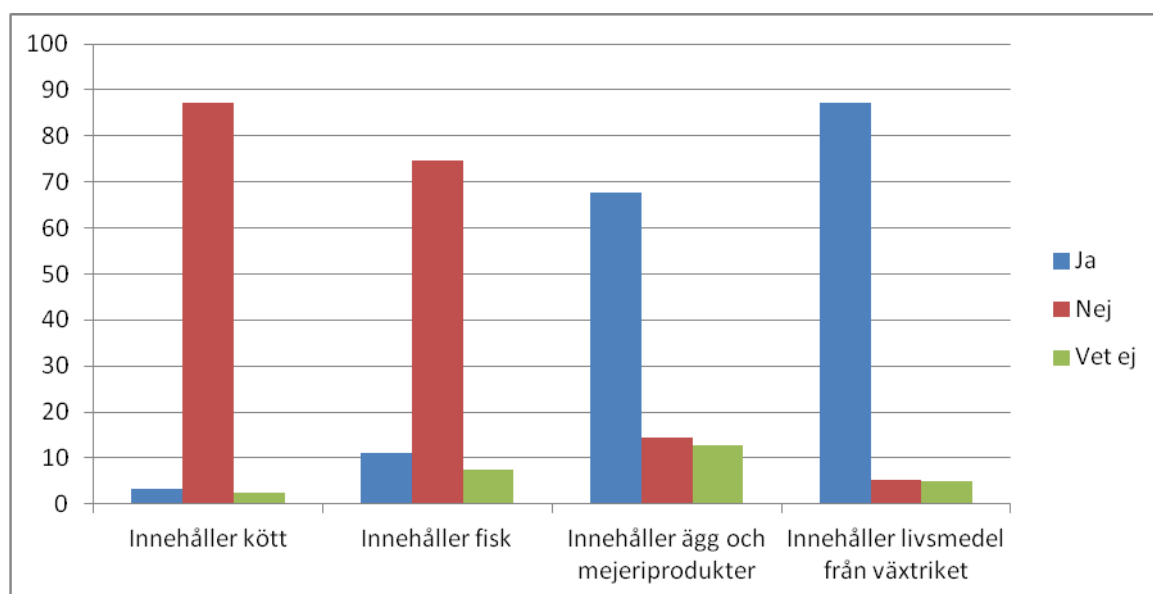


Figur 4. Jag skulle vilja äta vegetarisk mat i skolan X antal gånger per vecka

Här presenteras resultatet som rör ungdomarnas kunskaper om vegetarisk mat. Har de kommit i kontakt med vegetarisk mat i grundskolan och vad vet de om vegetarisk mat? Det visade sig att en klar majoritet fick *kännedom om vegetarisk kost i årskurs 1-9*, detta var cirka 85 % av respondenterna. Ungefär 60 % av respondenterna ansåg att *vid fysiskt aktivitet bör man äta kött*. Därefter är det ungefär en tredjedel som inte instämmer och 9,3 % vet inte eller har inte svarat alls.

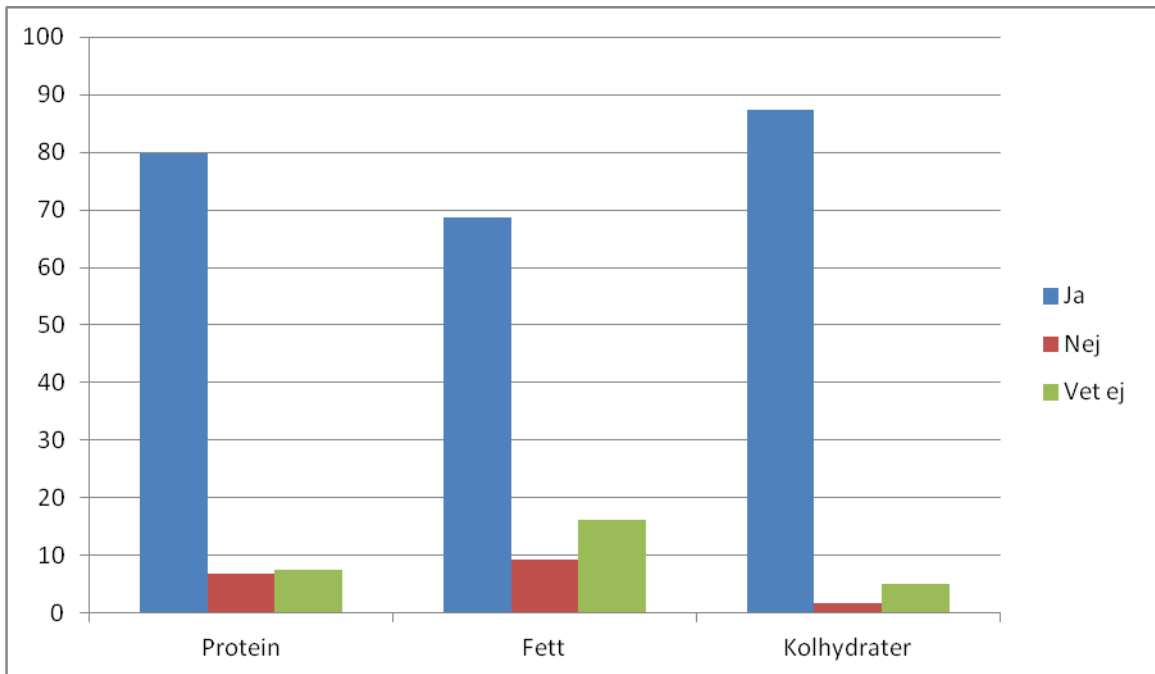
Av respondenterna instämmer ungefär hälften och en aning färre, 39 %, instämmer inte till att *vegetarisk mat är varierad*. Nästan alla, 83 %, har svarat ja till att *vegetarisk mat kan tillagas på många sätt*.

Majoriteten svarade att vegetarisk mat *inte innehåller kött eller fisk*. De svarade även att det *innehåller ägg och mejeriprodukter och livsmedel från växtriket*. (Se figur 5)



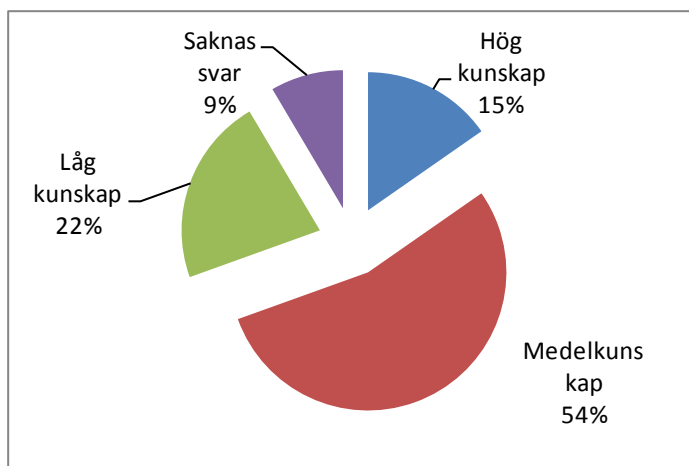
Figur 5. Vegetarisk mat innehåller; kött, fisk, ägg och mejeriprodukter och livsmedel från växtriket.

På den första frågan gällande proteininnehåll svarade totalt 6,8 % nej och 7,6 % vet ej. Det kan finnas flera anledningar till dessa svar. Totalt svarade en fjärdedel av eleverna nej och vet ej på frågan om vegetarisk mat innehåller fett. På påståendet om vegetarisk mat innehåller kolhydrater är 87 % eniga att det innehåller kolhydrater, resten säger nej eller vet ej. (Se figur 6)



Figur 6. Vegetarisk mat innehåller protein, fett och kolhydrater

Eleverna blev i enkäten tillfrågade hur de själva såg på sin kunskap kring vegetarisk mat. Om den var låg, medel eller hög. Resultatet visade att ungefär hälften ansåg sig ha en kunskap på medelnivå gällande vegetarisk mat. Ungefär en femtedel av respondenterna ansåg sig ha låg kunskap kring ämnet. (Se figur 7)



Figur 7. Kunskap gällande vegetarisk mat

Jämförande resultat

Korstabellerna som vi gjorde visade att det är en jämn fördelning mellan könen vid åsikten om våra matval påverkar miljön. 28 killar och 34 tjejer instämmer helt på påståendet vilket visar på att det inte är någon markant skillnad mellan könen. De som instämde helt på detta påstående utgör ungefär hälften av alla respondenter, resterande har svarat på något av de andra alternativen. Vidare gällande skillnader mellan könen så visar det sig att nästan dubbelt så många killar än tjejer tycker att den vegetariska maten bör uteslutas ur skolmåltiden. Killarna anser även i större grad att det serveras vegetarisk mat för ofta i skolan, här är det 36 killar och 13 tjejer som instämmer i detta påstående.

Vid en jämförelse hur ofta ungdomarna skulle vilja äta helt vegetarisk mat i skolan och om de har kompisar som äter vegetarisk mat, så visar det sig att en klar majoritet, 90 ungdomar, som har kompisar som äter vegetarisk mat. Det var ungefär en tredjedel av dessa ungdomar som svarade att de inte ville äta vegetariskt någon dag.

DISKUSSION

Metoddiskussion

I metoddiskussionen belyser vi bland annat de svårigheter och även bra erfarenheter som vi har stött på i metoden under studiens gång. Detta berör valet att göra en kvantitativ studie, urvalet, enkätutformningen, validitet samt reliabilitet.

Urval

Det var svårt att få tag på en skola som ville ställa upp. Efter många samtal fick vi tillåtelse att komma till en skola och sitta utanför deras aula och dela ut enkäterna. Nackdelen var att vi inte fick besöka flera klasser, vilket innebar att vi inte kunde välja inriktningar för att på så vis kunna göra en jämförelse mellan olika gymnasieprogram vilket var vår första tanke. I efterhand känner vi att det kanske hade varit bäst om vi hade fått komma in i olika klasser vid pågående lektioner. Dels för att respondenterna då redan befann sig på ett ställe och inte behövde känna stress, och dels för att de kunde fråga oss om det var oklarheter i enkäten. Många fyllde i samtidigt på olika platser vilket gjorde att vi ibland kunde vara svåra att nå, vid frågor angående enkäten. Detta fick vi dock inte göra för rektorn, eftersom det skulle ta för mycket tid av deras befintliga lektionstid, vilket är förståeligt.

När enkäten lämnades ut valde vi inte specifikt vilka som skulle svara utan de som gick förbi frågade vi. Detta innebär att vi inte på förhand visste hur många killar respektive tjejer som skulle svara på enkäten. Vi visste inte heller vilken årskurs eller vilket program de gick. Resultatet visar att det blev en relativt jämn fördelning mellan killar och tjejer. Detta gör att vi kan jämföra olika svar mellan könen och därmed få en rättvis bild av om det är några eventuella skillnader. Gällande vilken årskurs respondenterna går i så visade det sig att nästan 50 % går i årskurs två, cirka 15 % i årskurs tre och resterande i årskurs ett. Detta kan innebära viss påverkan på resultat ifråga om inställning till vegetarisk mat. Samma sak gäller deras programinriktning där det visade sig att en majoritet, cirka 60 % går Naturvetenskapsprogrammet. Även detta kan ha viss påverkan på resultatet men på vilket sätt framgår inte i denna studie.

Utformning av enkät

Att identifiera inställningar är praktiskt att göra med hjälp av en attitydskala, för att sedan kunna avläsa data och sammanställa ett resultat på ett strukturerat sätt (Patel & Davidsson, 2003). Attitydskalan utgör i detta fall vår enkät. Nackdelarna med att använda sig av en enkät vid en empirisk studie är att det inte är möjligt att ställa några följdfrågor. Det är heller inte alla frågor som passar in i en enkät då de måste vara rätt anpassade och inte verka stötande för någon respondent (Bryman, 2011). Det är även svårt att få med all information då det är viktigt att inte ha för många frågor på enkäten. Vid undersökning av attityder och använder sig av Likert-skalan är det även viktigt att frågorna formuleras som påståenden (Bryman, 2011).

Vi valde att göra en kvantitativ enkätundersökning då detta innebär att vi får kontakt med fler respondenter än om vi hade valt att göra intervjuer. Fördelen är att vi lättare kan jämföra svaren från enkäterna och se ett strategiskt resultat. Det är även lättare och tar mindre tid för oss att administrera enkäterna än att transkribera och koda ett flertal intervjuer. Nackdelarna gällande enkätutformningen var att det var svårt att få en tydligt formulerad enkät. Det får inte vara för få påståenden eller frågor så vi inte kan få ut något tydligt resultat och inte heller för många eftersom respondenterna lättare kan tappa lusten att fylla i. Om vi hade valt en kvalitativ ansats, skulle vi kunnat valt öppna frågor för att få ut det mesta möjliga av deras inställningar till vegetarisk mat. På det sättet hade respondenterna själva kunnat skriva i med egna ord, exempelvis vad de anser att vegetarisk mat är.

Efter många justeringar och efter att ha testat enkäten på kurskamrater fick vi fram ett bra exemplar som kändes lättförståeligt. Dock märkte vi under utdelningen av enkäterna att vi missat att skriva ut *vänd blad* vilket gjorde att vi aktivt fick påminna varje respondent om att vända sida. Då vi ändå talade med varje enskild respondent vid utdelningen var detta inget större problem även om det sedan visade sig att vissa ändå missat att fylla i baksidan. Vi insåg även när vi matade in enkäterna i SPSS att fråga nio *Att äta vegetariskt är bra för: djuren, miljön, hälsan, ekonomin och övrigt* inte gav något relevant resultat. Detta gällde alternativet *övrigt* som vi i efterhand valde att justera och plocka bort då vi inte hade någon nytta av svaret. Vi fick inte fram vad de som fyllt i posten menade med *övrigt* och det var även många som inte fyllt i någonting alls.

Validitet

Inom kvantitativ forskning innebär validitet att undersöka det som avses att undersöka, inget annat (Patel & Davidsson, 2003). Frågorna eller påståendena som vi ställde i enkäten var endast slutna vilket kan leda till svar som i vissa fall är svåra att tolka och där svaren inte behöver betyda det som vi tolkar det till. Valet att använda slutna frågor var för att vi i huvudsak ville se frekvenserna i varje svar, det vill säga hur många som svarade vad på varje påstående. För att få mer förståelse till deras inställning skulle vi kunnat använda oss av någon öppen fråga. Där hade respondenterna själva kunnat få skriva i deras egna åsikter med egna ord.

Vi såg att många av respondenterna faktiskt tog sig tid att fundera kring frågornas och svarens betydelse och sätta kryss på de alternativ som passade dem bäst. Dock upplevde vi att vissa respondenter kunde känna stress av sina kompisar då de ofta stod och väntade in varandra efter att de fyllt i enkäten. Detta kan leda till att respondenten inte läst påståendet så noga och därmed endast kryssat i ett svarsalternativ utan att ha tänkt efter. I vissa fall kunde vi se att respondenterna kan ha blivit påverkade av kompisarna runt omkring då de samtalande samtidigt som de fyllde i enkäten. Även om vi sa till att de skulle fylla i enkäten i tystnad, så hörde vi vid några tillfällen att det diskuterades i alla fall.

Påståendena och frågorna i studien har lagts upp på ett sätt där respondenterna lätt ska kunna förstå frågans innebörd. De ska alltså inte innehålla svåra ord eller långa meningar, utan korta

fraser med enkla ord. Svartalternativen är utformade så att de är lätta att läsa och enkelt att förstå hur de ska fyllas i.

Reliabilitet

Reliabilitet som innebär tillförlitlighet, kan i studien ifrågasättas (Thuren, 2007).

Vi valde att dela ut 120 enkäter, detta för att det skulle vara tillräckligt för den ram som vi har för omfånget av kandidatuppsatsen. För att kunna få en generell bild av inställningar till vegetarisk mat bland ungdomar behövs det fler enkäter än 120, detta för att kunna få en hög reliabilitet och få ett tillförlitligt statistiskt värde. Detta är vi väl medvetna om och därför gör vi tolkningar av resultatet utifrån de förutsättningar vi har, vilket innebär att vi enbart kan relatera resultatet till de elever som har svarat på enkäten. Vi kan med andra ord därför inte generalisera resultatet och säga att detta är vad ungdomar generellt tycker om vegetarisk mat.

För att minimera risken för låg validitet och reliabilitet har vi ändrat om svartalternativen *tar delvis avstånd* och *tar helt avstånd* till *instämmer inte med* samt *instämmer inte alls*. Vi har även diskuterat kring valet av svartalternativet *vet ej* huruvida detta svaralternativ kan det vara ett problem om många ställer sig i mitten för att slippa ta ställning. Om vi utesluter det alternativet har eleverna inget annat alternativ än att välja sida. Trost (2012) menar att *vet ej*-alternativet kan vara bra att använda, men att det eventuellt endast behövs användas när det verkligen är befogat. Vi valde att använda oss av det sistnämnda alternativet när vi ansåg att det var intressant.

Resultatdiskussion

Syftet med studien är att identifiera inställningar till vegetarisk mat i skolan bland ungdomar. Undersökningen har haft två inriktningar, i huvudsak har vi granskat resultatet ur ett hållbarhetsperspektiv med fokus på miljö och ekonomi. Detta för att kunna lyfta fram det som oftast är väsentligt och viktigt för arbetet med skolmåltider. Vi anser att det ekonomiska perspektivet är en viktig faktor för dessa verksamheter att förhålla sig till när arbetet med skolmåltider utförs. I denna del diskuterar vi även resultatet av studien med stöd av tidigare litteratur.

Inställningar till vegetarisk mat

Att erbjuda vegetariska alternativ i skolan kan vara grund till påverka ungdomarnas inställning till vegetarisk mat som i förlängningen skulle kunna påverka deras beteende och vanor. Det lagas en stor mängd mat i skolan som både ska vara näringsriktig och som ska uppfylla många krav och riktlinjer (Livsmedelsverket, 2007). Det skulle vara lättare och mer effektivt att laga vegetarisk mat ofta i skolan eftersom många har olika sociokulturella bakgrunder vilket betyder att man inte får äta till exempel griskött och/eller blodmat. Då Sverige är ett mångkulturellt land är det viktigt att personalen i skolmatsalen tar hänsyn till de krav som religionen ställer på maten (Livsmedelsverket, 2007).

Enligt resultatet kan vi se att många respondenter är tvetydiga när det kommer till hur ofta de vill att det ska serveras vegetarisk mat i skolan. Många svarar att de inte vill ha några helt

vegetariska dagar per vecka samtidigt som de svarar att de inte tycker att den vegetariska maten ska uteslutas ur skolmåltiden. Detta kan innebära att de vill att det vegetariska alternativet ska finnas kvar som ett val varje dag men att det inte ska finnas enbart vegetarisk mat vissa dagar. Eftersom Dahlgren (2010) fått fram fyra huvudanledningar, mat, inflytande, service och miljö, som är viktiga att ta hänsyn till vad gäller skolmåltiderna, kanske vissa negativa åsikter beror på att några av dessa fyra anledningar saknas och eventuellt inte uppfyller ungdomarnas förväntningar.

Vid en jämförelse mellan könen i denna kategori, det vill säga hur många gånger i veckan det bör serveras vegetarisk mat, kan vi se en viss skillnad. Det tycks vara ett större motstånd till vegetarisk mat i skolan bland killar. Exempelvis svarar elva killar instämmande på att vegetarisk mat bör uteslutas ur skolmåltiden medan endast en tjej har lämnat samma svar. Ett annat exempel är där 36 killar instämmer till att det serveras vegetarisk mat för ofta i skolan medan endast 13 tjejer gav samma svar. Vad detta beror på är svårt att svara på. Det kan kanske vara en fråga om intresse, kunskap, kompisar eller annat. Vad gäller skillnaden i fiskkonsumtion vid skolmåltiderna, har Prell (2010) fått fram att många fler killar åt skolmaten än tjejerna, då det serverades fisk. Det hade varit intressant att jämföra resultatet från Prell (2010) med vårt resultat. Dock vet vi inte hur många gånger i veckan tjejer och killar äter skolmat i skolan, vilket kunde varit intressant att veta. Hade vi fått reda på det kanske killarnas negativa inställning kring den vegetariska maten eller skolmaten, hade sitt svar i att de åt fler gånger i skolmatsalen än tjejerna.

Prell (2010) drar slutsatsen utifrån resultatet att det skett en förändring kring konsumtion av fisk i skolan efter att eleverna studerade ämnet i de aktuella skolorna. Detta kan ge en förhoppning att en reaktion kan ske i skolan som vi besökte för att samla in data. Det skulle kunna innebära att vår enkät startar en diskussion bland ungdomarna om vegetarisk mat och deras inställning till det.

Vegetarianer som väljer att bli det på grund av etiska skäl kan enligt Parinder (2012) uppleva att de blev sedda som annorlunda. Om de däremot valde att bli vegetarianer av hänsyn till miljön verkade det vara mer accepterat.

Vilka faktorer påverkar ungdomars matval

Respondenterna var relativt eniga om att det är bra för såväl djuren, miljön och hälsan att äta vegetariskt. Resultatet visade på att drygt hälften svarade instämmande på dessa tre alternativ. Gällande alternativet om det är bra för ekonomin var det några färre som instämde. Det totala resultatet på påståendet *Att äta vegetarisk är bra för...* med de olika alternativen kan vara en aning svårt att tyda då vi inte vet hur många av dessa som äter vegetariskt och hur många som motsätter sig vegetarisk mat. De som inte instämde kan lika väl vara personer som aldrig eller sällan äter vegetarisk mat och därmed inte anser att det är viktigt för dessa olika alternativ då det inte är relevant för dem själva. De kanske inte har tänkt på detta förut och är inte insatta i vilken påverkan matvalet har på olika faktorer. Detta leder oss in på nästa påstående *Våra matval påverkar miljön*, där cirka 86 % har svarat att de höll med om detta. Om detta resultat jämförs med det tidigare *Att äta vegetariskt är bra för miljön* kan en stor skillnad märkas. En

klar majoritet instämmer som sagt till att matvalen påverkar miljön medan endast cirka två tredjedelar anser att det är bra för miljön att äta vegetariskt. Det finns givetvis andra aspekter när det gäller matval som även det påverkar miljön, exempelvis genom att välja ekologiska produkter och att konsumera närproducerade varor. Som en motvikt till påståendet *Våra matval påverkar miljön* gav vi påståendet *Att äta kött påverkar miljön*. Här var det cirka 81 % som gav ett instämmande svar. Det framgår dock inte på vilket sätt de anser att köttkonsumtion påverkar miljön utan detta får förbli fritt för tolkning. 8 av 10 anser att köttätande påverkar miljön och två tredjedelar anser att det är bra för miljön att äta vegetariskt, så går det att dra slutsatsen att respondenternas inställning visar att köttkonsumtionen bör minskas ur miljösynpunkt.

Parinder (2012) menar att ungdomar är vana vid att äta tillsammans med exempelvis familjemedlemmar och att de senare, när de flyttat hemifrån, väljer att äta mat tillsammans med andra. Författaren beskriver även att sina egna val av mat, kan ha sin grund i vad föräldrarna och kompisarna har för förhållningssätt till mat. Ungdomarnas synsätt varierade i Parinders studie från teori till praktik. Även om de ansåg att de etiska och även miljömässiga skälen vid matval var viktigt var det ändå den ekonomiska förutsättningen som för det mesta avgjorde valet av mat i affären. I vår studie kan de negativa och även positiva inställningarna från eleverna ursprungligen tagits efter av deras föräldrar. Detta är något som stämmer överens med vad Parinder (2012) menar, att föräldrarnas beteenden och mönster kring mat ibland färgar eller tas efter av barnen. Resultatet visar att ungefär tre fjärdedelar av respondenterna har föräldrar som inte äter vegetariskt. Detta kan påverka deras inställning till att äta vegetarisk mat i skolan.

Lite fler än hälften äter enligt enkäten vegetarisk mat med anledningen att det är gott. Detta är ändå en hög siffra som visar på att vegetarisk mat kan konkurrera med andra rätter. Det säger dock inte så mycket om vad det är som de anser gott med den vegetariska maten och det framgår inte heller huruvida de äter vegetarisk mat varje dag eller om de bara väljer att äta vegetarisk mat i skolan när denna verkar godare än det andra alternativet. Nästan 12 % har svarat att de inte medvetet väljer att äta vegetariskt. Med detta kan det betyda att de exempelvis äter pannkakor men inte just för att det är vegetariskt utan för att det är just pannkakor. Enligt Dahlgren (2010) är smaken det som värdesätts högst av gymnasieungdomar gällande skolmältiden. Att arbeta med att lägga energi på att laga god mat tror vi kan bidra till att fler väljer det vegetariska alternativet i skolan.

Ungdomarna i vår studie ansåg att det var viktigt att äta vegetarisk mat, vad vi kunde se utifrån inställningarna till bland annat djuren och miljön. Av resultatet att döma från vår studie kan vi även se att de flesta respondenter har kompisar som äter vegetarisk mat. Men det verkar inte ha någon effekt på hur många dagar i veckan ungdomarna vill äta vegetarisk mat. För totalt 90 respondenter säger sig ha vänner som äter vegetariskt, varav en tredjedel av dem inte vill äta vegetarisk mat alls äta i skolan. Den sociala delen menar Dahlgren (2010) är viktig kring intaget av skolmältider. Även om maten inte är speciellt god, väljer vissa ändå att gå till matsalen för att få umgås med sina kompisar. Vi har inte frågat respondenterna hur de ser på den sociala delen kring maten i skolan, men vi kan anta att det har viss påverkan. Detta

skulle kunna vara en ingång till att fler väljer vegetarisk mat. Om det är så att måltiden ses som en social företeelse och många kompisar äter vegetariskt skulle det kunna bidra till att fler väljer det mer miljövänliga alternativet.

Övrigt om vegetarisk mat

Att aktivt välja vad för mat som ska ätas tror vi kan vara svårt i brist på kunskap. Ur ett perspektiv baserat på exempelvis värderingar, smak, ekonomi eller miljö kan beslut fattas om man vill förändra sina kostvanor. Andra faktorer som påverkar ungdomars matval kan vara kulturella, geografiska, politiska, demografiska, ekonomiska, utbildningsmässiga samt tidsmässiga faktorer (Parinder, 2012). Det kan även bero på etiska aspekterna som kan ha att göra med religion eller livsfilosofi. En del äter helt vegetariskt av religiösa skäl och andra äter inte vissa köttsorter såsom exempelvis fläskkött. Vi anser att det i skolan kan vara ett alternativ att äta vegetariskt då det inte behöver funderas på vilken köttsort det är som serveras. De etiska aspekterna kan även handla om djurens rätt att bli behandlade på ett värdigt sätt och att få leva under bra förhållande. Att välja att äta vegetariskt kan vara för att visa sin ståndpunkt och ställa upp för djurens rätt. Det bekräftar Larsson (2003) som tar upp liknande faktorer till valet att bli vegan hos respondenterna i den aktuella studien. Författaren beskriver dessa faktorer som etik kring djuren, jämlikhet med djuren, solidaritet samt politiska ställningstaganden, vilket kan vara av betydelse vid val av mat.

I enkäten har nästan alla respondenter fyllt i att de instämmer till att de fick kännedom om vegetarisk mat i grundskolan, det vill säga i årskurs 1-9. Detta kan betyda att de serverade vegetarisk dagligen i skolan, en gång i veckan eller endast till de som var vegetarianer. Resultatet visar inte på vilket sätt eller i vilken omfattning de fick kännedom om vegetarisk mat utan endast att de på något sätt kom i kontakt med det. Majoriteten av respondenterna enligt enkäterna är uppväxta i Göteborgs kommun. Enligt Göteborgs måltidsprogram så rekommenderas det att byta ut en till två köträtter i veckan till vegetariska alternativ. Detta styrker att många av respondenterna säkerligen har kommit i kontakt med vegetarisk mat i grundskolan (Göteborg stad, 2011).

Vid förändringar så anser vi att detta nog kräver att man är påläst i de flesta fall och har skaffat sig kunskap gällande ämnet i mer eller mindre utsträckning. Kunskapen kan till exempel komma från erfarenheter, omgivning eller av studier i ett visst ämne. Bland påståendena som handlade om vegetarisk mat och vad det innebär var åsikterna ibland enade medan i andra fanns en klar osäkerhet bland respondenterna. Påståendet som löd: *Vegetarisk mat innehåller ägg- och mejeriprodukter* är 13 % osäkra medan nästan 15 % säger nej. Eftersom det finns olika typer av vegetarianer kan påståendet ha skapat förvirring bland respondenterna. I vissa vegetariska koster äts det inte ägg-och mjölkprodukter medan i andra är det tillåtet. Därför kanske många har fyllt i kolumnen med vet ej.

Som vi tidigare tagit upp, är det kanske inte just vegetarisk mat som är källan till vissa negativa åsikter eller attityder, utan faktiskt själva skolmaten. Persson Osowski (2012) menar att det finns en negativ kollektiv bild av skolmaten som kan grunda sig på olika saker. Familjen har det primära ansvaret att lära ut barnen om matens betydelse och innehåll. Även

skolan börjar ta över detta lärotillfälle under skoltid, i form av pedagogiska måltider. Den negativa bilden av skolmaten kommer oftast från föräldrarnas minnen och uppfattningar från deras skoltid (Persson Osowski, 2012).

Vi anser att mat och vegetarisk mat ofta separeras vid tal om skolmat. Varför benämna den vegetariska maten för sig och sedan skolmaten för sig? Den vegetariska maten är lika mycket mat som det andra alternativet som serveras och genom att benämna det vegetariska alternativet för just vegetariskt, kan det innebära att lägga en värdering i måltiden. Det kan tolkas som att det vegetariska alternativet är något speciellt och inte vanlig mat.

Bland ungdomarna ansåg tre femtedelar att vid fysik aktivitet finns det behov av att äta kött. Detta kan ha ett starkt samband mellan påståendet kring kunskapen om att den vegetariska maten innehåller protein och påståendet om man bör äta kött fysiskt aktivitet. Om personer tror att den vegetariska maten inte innehåller protein är de svaren inte konstiga. Därför kan en idé vara att informera eleverna att många vegetariska produkter innehåller en stor mängd protein. I ett självkritiskt läge kanske valet av påståendet om vegetarisk mat innehåller fett kan vara svårt att förstå eller kan skapa förvirring. Respondenterna kan ju ha sin syn på vad vegetarisk mat är och vi, som studerar till kostekonomer, har vår syn på vad vegetarisk mat är. Enkäten är inte utformad på det vis att vi får reda på deras åsikter om vad vegetarisk mat är, vilket är synd, då vi kanske hade fått en annan förståelse för deras svar. Påståendet kring kolhydrater är även det svårt att analysera eftersom det antagligen kan finnas 118 olika tankar om vad kolhydrater samt vegetarisk mat innebär. *Vad är vegetarisk mat* skulle kanske varit en relevant öppen fråga att ta med i enkäten, vilket vi inte gjorde. Detta har diskuterats tidigare i metoddiskussionen.

Att få mer kunskap om vegetarisk kost anser vi kan bidra till inställningarna kring vegetarisk mat. Detta i sin tur kan leda till att skolorna kan planera annorlunda om fler väljer det vegetariska valet vilket är bra av flera aspekter, exempelvis ekonomiska och miljömässiga.

Ekonomi och miljö

Vi anser att vid arbete inom skolmåltider är det av stor vikt att till exempel tillaga rätt antal portioner varje dag, detta ur ett ekonomi- och miljöperspektiv. Inom ramen för den ekonomi och den budget skolorna står inför ska maten som serveras i skolan innehålla rätt mängd energi och näring för att elever ska kunna prestera och må bra i skolan (Livsmedelsverket, 2007). Persson Osowski (2012) menar samtidigt att det finns en problematik gällande de höga krav som ställs på skolmaten. Dessa krav kan vara svåra att förhålla sig till, vilket kan leda till att många har en negativ syn kring skolmat med det även vegetarisk mat.

Att tillaga för mycket mat kan innebära att det resulterar i svinn, det vill säga mat som blir över och slängs. Enligt Bergström & Post (2007) är det även viktigt att se över tillagningsmetoderna för att på så vis minska svinnet och spara ekonomiska resurser. Med rätt hantering kan även mycket av det svinn som slängs bort användas. När det tillagas för mycket mat kan det även medföra att för mycket personal arbetar. Dessa två faktorer kan påverka ekonomin mycket, varför det är av stor vikt att veta antal portioner för att kunna planera ur ett

ekonomiskt perspektiv. Att tillaga för mycket mat är dessutom inte bra ur miljöperspektiv då det är viktigt att vi hushåller med de resurser som vi har. Att kunna planera måltiderna och endast tillaga det som går åt, kan bidra till ett minskat svinn. Att veta om andelen elever som vill äta vegetariskt är fler/färre än väntat kan personalen på detta vis marknadsföra den vegetariska maten utefter efterfrågan. Med detta menar vi att om det är få elever som äter vegetariskt kanske det behövs tänkas över hur den vegetariska måltiden visas upp i skolmatsalen. Vet alla elever om att det är ett vardagligt val? Det bör även skapas ett samarbete mellan kostansvariga och skollledning för att eventuellt få marknadsföra den vegetariska maten i undervisningen.

Inom måltidssektorn talas det mycket om hållbar utveckling. Genom att använda fler ekologiska produkter i måltiderna främjas arbetet mot en hållbar utveckling. Dock menar Lagerberg (2008) att all produktion av ekologiska livsmedel, inte behöver bidra med minskad miljöpåverkan jämfört med konventionella livsmedel. Här kan man även resonera kring hur ofta det bör serveras vegetarisk mat. Att byta ut kött mot vegetabilier är en del i att sänka utsläppen som skadar miljön och påverkar vårt klimat (Lagerberg, 2008). Ett ytterligare steg skulle därmed kunna vara att införa fler helt vegetariska dagar eller att få fler ungdomar att aktivt välja att äta vegetarisk mat i skolan. Ett annat steg mot en hållbar utveckling inom storhushåll är att använda mer ekologiska produkter (Bergström & Post, 2007). Genom att byta ut kött mot vegetabilier minskar de ekonomiska utgifterna och istället kan resurserna läggas på att köpa in ekologiska produkter och därmed arbeta framåt mot en hållbar utveckling.

SLUTSATS

De slutsatser vi kan dra av denna studie är att det är relativt många i den aktuella skolan som är positiva till den vegetariska maten i skolan. Detta tycks dock innebära att de anser att det är bra att det serveras som en alternativ rätt. De flesta anser även att den vegetariska maten inte bör uteslutas ur skolmåltiden. Om detta innebär att de faktiskt äter den vegetariska maten framgår inte i denna studie. Samtidigt är det nästan 40 % som har svarat att de inte vill äta vegetarisk mat någon dag i veckan vilket stödjer vår tes om att de vill att de ska finnas ett vegetariskt val varje dag men de behöver nödvändigtvis inte äta det själva. Gällande kunskapsnivån hos respondenterna så tolkar vi att den överlag är bristfällig bland de ungdomar som svarat på enkäten. Många vet inte att vegetarisk mat innehåller protein, fett och kolhydrater. De saknar även kunskap om vad vegetarisk mat innebär - innehåller det endast vegetabilier eller även exempelvis fisk och mejeriprodukter? De flesta verkar dock medvetna om sin kunskapsnivå och många har fyllt i att de besitter en kunskap på låg- eller medelnivå.

Genom att öka medvetenheten kring den vegetariska maten och vilken nytta den kan ha, kan antalet elever som aktivt väljer det vegetariska alternativet vid skolmåltiden öka. På detta vis kan förhoppningsvis antalet portioner av vegetarisk mat ökas varje dag och på så vis främja miljöarbetet samt förbättra ekonomin.

IMPLIKATIONER

Framtida studier kan vidare rikta in sig mer på skillnaderna mellan killars och tjejers attityder till vegetarisk kost. Vilka faktorer är det som gör att de resonerar olika kring ämnet? Det kan även studeras mer fördjupande gällande elevers inställningar till sina kostval och vegetarisk kost. Det skulle även vara intressant att se vad en annan målgrupp, exempelvis barn, har för attityder till vegetarisk mat, detta för att se om det eventuellt visar på några skillnader och vart på vägen de eventuella negativa attityderna uppkommer.

Det skulle även vara intressant att veta vad som ligger till grund för faktorer som påverkar ungdomars syn på skolmaten.

REFERENSER

- Abrahamsson, L. & Aunver, K. (2008). *Näringslära för högskolan*. Stockholm: Liber.
- Bergström, K., & Post, A. (2007). *Hållbar utveckling i matsystemet*. Göteborg University, Göteborg.
- Bryman, A., & Nilsson, B. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber.
- Biel, A. (1999). Varför väljer människor att agera miljövänligt. L J, Lundgren (Red.), *Livsstil och miljö: Värderingar, val, vanor : En antologi*. (s.48-60). Stockholm: Naturvårdsverket
- Biel, A. (2002). Opublicerat manus. Göteborg: Göteborgs universitet, Psykologiska institutionen
- Crowe, F., Appleby, P., Travis, R & Key, T. (2012). Risk of hospitalization or death from ischemic heart disease among British vegetarians and nonvegetarians: results from the EPIC-Oxford cohort study. *The American Journal of Clinical Nutrition*.
doi: 10.3945/ajcn.112.044073
- Dahlgren, S. (2010). *Skolmaten – ”så här vill vi ha det”, säger gymnasieelever*. Göteborgs Universitet.
- Diabetesförbundet. (2013). *Vegetarisk kost*. Hämtad 2013-04-27 från http://www.diabetes.fi/sv/diabetesforbundet_i_finland/om_diabetes/valj_ratt_kost/vegetarisk_kost
- Ejlertsson, G. & Axelsson, J. (2005). *Enkäten i praktiken: En handbok i enkätmetodik*. Lund: Studentlitteratur
- Food and Agriculture Organization of the United nations. (2006). *Livestock impacts on the environment*. Hämtad från <http://www.fao.org/ag/magazine/0612sp1.htm>
- Fornäs, J. (1994). *Ungdom, kultur och modernitet. I Ungdomskultur i Sverige*. FUS-rapport nr 6. Stockholm/Stehag: Brutus Östlings Bokförlag
- Göteborgs stad. (2011). *Måltidsprogrammet Göteborgs stad*. Hämtade den 2013-03-28 från <http://goteborg.se/wps/wcm/connect/3e301d6f-2385-40e5-bf9c-7980bac8381e/Maltidsprogram.pdf?MOD=AJPERES>
- Göteborgs stad. (2013) *Göteborgs miljömål*. Hämtad 2013-04-10 från http://goteborg.se/wps/portal/invanare/miljo/goteborgs-miljomal/begransad-klimatpaverkan!/ut/p/b1/jYtLCsIwFEXX4gb6Xj5tkmEsJOMHfkTBZiJRpBSadiK6fesCRO_k

cOEc8DAQzhVJ-QY4g1_CcxrDY1qXMH--
zy4dKXu5JxpbqwwWx6ozTVW3VNJNGDYht9pxUSPK2qZYaHc6qJ4x1Oy_Hr9M46--
BD9dY_K6xQQTklKipBKMSy4yoTJo3BrvEP1s5Kh3b0jA2jk!/dl4/d5/L2dBISEvZ0FBIS9n
QSEh/

Halling, B., Jacobsson, T. & Nordlund, G. (1990). *Skollunchen – igår, idag, imorgon*. Borås. Lantbrukarnas Riksförbund, Centraltryckeriet AB

Jordbruksverket. (2013). *Priser på livsmedel*. hämtat den 05-04-2013 från http://www.jordbruksverket.se/download/18.50fac94e137b680908480004061/19_Priser+p%C3%A5+livsmedel.pdf

Larsson, C. L., Rönnlund, U., Johansson, G., & Dahlgren, L. (2003). Veganism as status passage. *Appetite*, 41(1), 61-67. doi:10.1016/S0195-6663(03)00045-X

Lagerberg, F.C. (2008). *På väg mot miljöanpassade kostråd*. Hämtad den 2013-05-07 från http://www.slv.se/upload/dokument/rapporter/mat_miljo/2008_livsmedelsverket_9_miljoanpassade_kostrad.pdf

Livsmedelsverket. (2007). *Bra mat i skolan*. Hämtad den 2013-03-27 från http://www.slv.se/upload/dokument/mat/mat_skola/Bra_mat_i_skolan_2007.pdf

Livsmedelsverket. (2012). *Miljösmarta matval*. Hämtad den 2013-05-15 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-miljo/Miljosmarta-matval/>

Livsmedelsverket. (2013). *Vegetarisk mat till barn*. Hämtad den 2013-03-28 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/kostrad/Barn/Vegetarisk-mat-till-barn/>

Livsmedelsverket. (2013). *Måltiden som pedagogisk verksamhet*. Hämtad den 2013-05-15 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Maltider-i-vard-skola-omsorg/Skolmaltider/Pedagogisk-lunch/>

Naturvårdsverket, 2009. *Minskat svinn av livsmedel i skolkök*. Hämtat den 2013-05-07 <http://www.naturvardsverket.se/Documents/publikationer/978-91-620-5979-8.pdf>

Patel, R. & Davidsson, B. (2003). *Forskningsmetodikens grunder*. Lund: Studentlitteratur

Parinder, A. (2012). *Ungdomars matval – erfarenheter, visioner och miljöargument i eget hushåll*. Acta universitatis Gothoburgensis, Göteborg.

Persson Osowski, C., & Uppsala universitet. Institutionen för kostvetenskap. (2012). *The swedish school meal as a public meal: Collective thinking, actions and meal patterns*. Acta Universitatis Upsaliensis). 80

Post, A. (2011). *Nordic stakeholders and sustainable catering*. Göteborg: Göteborgs universitet

Prell, H. (2010). *Promoting dietary change. Intervening in school and recognizing health messages in commercials*. Göteborgs Universitet

Qvarsell, R., Institutionen för tema, Filosofiska fakulteten, & Linköpings universitet. (2005). Tema: Mat. electronic offprint from LYCHNOS [elektronisk resurs]: Årsbok för idé- och lärdoms historia.

Skolmatensvänner, 2013. *Den svenska skolmatens historia*. Hämtat den 2013-05-07 från <http://www.skolmatensvanner.se/om-skolmat/skolmatshistoria/>

SFS 2010:800. *Skollag*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.

Thurén, T. (2007). *Vetenskapsteori för nybörjare*. Stockholm: Liber.

Trost, J. (2012). *Enkätboken*. Lund: Studentlitteratur

Vårdguiden. (2010). *Vegetarisk mat*. Hämtad den 2013-04-27 från <http://www.vardguiden.se/Tema/Halsa/Mat-och-naring/Vegetarisk-mat---en-halsoguide/>

Vegetarian (2013). *Om SVFs historia och grundare J. L Saxon*. Hämtade den 2013-05-10 från <http://www.vegetarian.se/pg1500svf.htm>

Bilaga 1

Enkätundersökning gällande attityder till vegetarisk mat i skolan

Kille Tjej

Gymnasieprogram

Årskurs Jag är uppvuxen i kommun:

Det är frivilligt att delta i denna enkätundersökning. Uppgifter som samlas in kommer enbart att användas i undersökningens syfte. Genom att fylla i enkäten ger ni ert samtycke till att delta.

Nedan finns en rad påståenden. Vi ber dig att ta ställning genom att sätta ett kryss i den ruta som passar bäst. Tycker du inte att någon ruta passar, skriv en kommentar i övrigt-fältet.

1. Jag fick kännedom om vegetarisk mat i årskurs 1-9
2. Det serveras vegetarisk mat för ofta i skolan
3. Det borde vara **en helt** vegetarisk dag/vecka i skolan
4. Det borde vara **flera helt** vegetariska dagar/vecka
5. Vegetarisk mat bör uteslutas ur skolmåltiden
6. Våra matval påverkar miljön
7. Att äta kött påverkar miljön
8. Att äta vegetariskt är bra för:

djuren
miljön
hälsan
ekonomin

	Instämmer helt	Instämmer	Instämmer inte	instämmer inte alls	vet ej
1. Jag fick kännedom om vegetarisk mat i årskurs 1-9					
2. Det serveras vegetarisk mat för ofta i skolan					
3. Det borde vara en helt vegetarisk dag/vecka i skolan					
4. Det borde vara flera helt vegetariska dagar/vecka					
5. Vegetarisk mat bör uteslutas ur skolmåltiden					
6. Våra matval påverkar miljön					
7. Att äta kött påverkar miljön					
8. Att äta vegetariskt är bra för:					
djuren					
miljön					
hälsan					
ekonomin					

9. Jag skulle vilja äta **helt** vegetarisk mat i skolan :

	1 ggr/vecka	2 ggr/vecka	3 ggr/vecka	4 ggr/vecka	5 ggr/vecka	Ingen dag

10. Jag äter vegetarisk mat med anledningen att:

det är gott
det är hälsosamt
det är bra för miljön
det är rätt av etiska skäl
min omgivning äter veg

	Instämmer helt	Instämmer	Instämmer inte	instämmer inte alls	vet ej
det är gott					
det är hälsosamt					
det är bra för miljön					
det är rätt av etiska skäl					
min omgivning äter veg					

11. Den vegetariska maten i skolan är god

12. Vegetarisk mat är varierad

13. Man bör äta kött om man är fysiskt aktiv

14. Vegetarisk mat innebär:

Att maten innehåller fisk

Att maten innehåller kött

Att maten innehåller produkter från växtriket

Att maten innehåller ägg och mejeriprodukter

Ja	Nej	Vet ej

15. Vegetarisk mat innehåller protein

16. Vegetarisk mat innehåller fett

17. Vegetarisk mat innehåller kolhydrater

18. Jag har kompisar som äter vegetarisk mat

19. Mina föräldrar äter vegetarisk mat

20. Vegetarisk mat kan tillagas på många sätt

Ja	Nej	Vet ej
Ja	Nej	Vet ej

21. Min kunskap om vegetarisk mat är :

Hög	Medel	Låg

Tycker du att vi har glömt något?

Eller är det något mer du vill säga kring vegetarisk mat får du gärna skriva det här nedan:

Övriga kommentarer:

Tack för din medverkan!

/Emma & Lisa