

- Före-mätning
- Efter-mätning

Bilaga 3a

Måltidskvalitet

Till: Personal i grupp- eller servicebostad, tillsammans med deltagare (boende)

Gör så här:

- ✓ Kom överens om någon eller några i personalgruppen som kan hjälpa till att bedöma måltidskvalitet
- ✓ Välj en vardag
- ✓ Titta tillsammans med deltagaren på hans/hennes lunch och middag under denna dag och bedöm om måltiden uppfyller kriterierna för Tallriksmodellen (JA eller NEJ)
- ✓ Om personalen inte är med vid måltiden – be deltagaren att ta ett foto av måltiden och titta sedan tillsammans på fotot

Måltid	Tallriksmodellen JA/NEJ
Lunch	
Middag	

Kriterier för Tallriksmodellen:

- ✓ Drygt en tredjedel av tallriken: Kolhydratrika livsmedel, som potatis, pasta, ris, couscous, bulgur eller bröd.
- ✓ Drygt en tredjedel: Grönsaker, rotfrukter, bönor, frukt eller bär.
- ✓ Ca 25 % av tallriken: Proteinrika livsmedel, som kött, fisk, ägg eller vegetariskt alternativ (bönor, linser, quorn, sojaprotein).



Namn: _____