

Evaluering av gratis skolemåltid på 1. – 4. trinn på en skole i Haugesund

Av Bodil Bjørndal, Eli Kristin Aadland, Hege Wergedahl, Maria O.B. Vågnes, Maren Torgersen, Marie Wernersen, Iselin T. Vildmyren



© Bodil Bjørndal, Eli Kristin Aadland, Hege Wergedahl, Maria O.B. Vågnes, Maren Torgersen, Marie Wernersen, Iselin T. Vildmyren

Fakultet for lærarutdanning, kultur og idrett (FLKI)
Institutt for idrett, kosthald og naturfag (IIKN)

Høgskulen på Vestlandet
2023

HVL-rapport frå Høgskulen på Vestlandet nr. 2023-7

ISSN 2535-8103

ISBN 978-82-8461-028-3



Utgjeingar i serien vert publiserte under Creative Commons 4.0. og kan fritt distribuerast, remixast osv. så sant opphavspersonane vert krediterte etter opphavsrettslege reglar.
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Sammendrag

Denne prosjektevalueringen har sett på elever, foresatte og ansatte sine erfaringer med en gratis skolematordning ved Austrheim skole i Haugesund kommune. I et toårig pilotprosjekt fikk elever fra 1. til 4. trinn et heldags skoletilbud som inkluderte et gratis skolemåltid i felles spisesal. Både sosiale aspekt ved måltidet og elevers matvalg ble evaluert. I tillegg ble eleverfaringer om sosiale aspekt ved måltidet innhentet fra en sammenlignbar kontrollskole med matpakkelunsj i klasserommet.

Resultatene viste at elever på 3. og 4. trinn, ansatte og foresatte mente at de felles skolemåltidene bidro til trivsel og fremmet sosiale interaksjoner mellom elever og mellom elever og ansatte ved Austrheim skole. Både elever på Austrheim skole og kontrollskolen var opptatt av sosiale aspekt ved måltidet, men elever ved Austrheim skole følte et høyere nivå av medbestemmelse. Erfaringer fra Austrheim skole viste at for å få et rolig måltid med muligheter for samtaler mellom elever og ansatte, var det viktig å ha nok ansatte til stede. Selv om de ansatte var enig i at skolemåltidet var positivt for skolemiljøet, mente flertallet at det å måtte delta i skolemåltidene førte til en mer strevsom arbeidsdag. Foresatte mente derimot at å slippe å smøre matpakke var en stor hjelp i hverdagen. Elevene var mest fornøyd med varmmåltidene, som ble servert to-tre ganger i uken, men likte også godt å ha mange valgmuligheter i smørelunsjen. Selv om tilgjengeligheten av grønnsaker var god i smørelunsjen, viste kartleggingen at bare 41 % av elevene på 3. til 4. trinn forsynte seg med grønnsaker. Det var også svært få som valgte fiskepålegg.

Funnene tyder på at et felles, gratis skolemåltid er positivt for skolemiljøet og fremmer sosiale interaksjoner. Et godt og variert gratis skolemåltid på 1. til 4. trinn har potensiale til å påvirke barns kosthold, men bør kombineres med påvirkningsarbeid dersom elevene skal endre sine matvaner. Det vil være viktig å se på langtidseffekter av gratis skolemåltid på trivsel, skolemiljø og elevers kosthold.

EMNEORD: gratis skolelunsj, skolemat, kosthold, skolemiljø, måltidstrivsel, heldagsskole, småskoletrinnet.

Forord

Det har de siste årene vært et fokus på mulighetene for gratis skolematordninger i Norge, og i flere kommuner er det politisk vilje til å innføre ordninger der elevene får servert mat på skolen. Samtidig er kunnskapsgrunnlaget over effektene og utfordringene ved å innføre gratis skolemåltid ikke er godt nok. Det er derfor viktig å hente inn erfaringer fra skolemåltidsordninger som blir igangsatt på enkeltskoler. Denne rapporten ser på erfaringene fra elever, foresatte og ansatte i forbindelse med et prøveprosjekt med gratis skolemåltid for 1.-4. trinn ved Austrheim skole i Haugesund kommune, og erfaringer fra elever på en kontrollskole i Bergen kommune.

Innhold

Sammendrag	3
Forord	5
Innhold	6
1. Innledning	8
1.1. Bakgrunn for studien.....	8
1.2. Noen tidligere kartlegginger av gratis skolemåltid.....	8
1.3. Formålet med evalueringsprosjektet.....	10
2. METODE OG MATERIALE	11
2.1. Casebeskrivelser	11
2.2. Studiedesign.....	12
2.3. Rekruttering av elever, foreldre og ansatte.....	12
2.4. Spørreskjema	13
2.5. Kostregistrering.....	14
2.6. Gruppeintervju med elever	14
2.7. Observasjoner av spisemiljø.....	15
2.8. Intervju av matansvarlig og rektor.....	15
2.9. Analyse.....	16
3. RESULTAT	17
3.1. Gjennomføring av skolemåltidet	17
3.2. Elever sine erfaringer med skolemåltidet.....	20
3.3. Elevers kosthold under skolemåltidet	26
3.4. Foresatte sine holdninger til skolemåltidene.....	30
3.5. Ansatte sine erfaringer med skolemåltidene.....	33
4. OPPSUMMERING OG DISKUSJON	42

4.1. Organisering av måltidet.....	42
4.2. Trivsel i skolemåltidet	43
4.3. Elevmedbestemmelse	44
4.4. Matvalg i smøremåltidet.....	44
5. KONKLUSJON.....	46
6. REFERANSER.....	47

1. Innledning

1.1. Bakgrunn for studien

Heldagsskoleprosjektet var initiert og finansiert av Haugesund kommune. Prosjektet varte i skoleårene 2021/22 og 2022/23. Prøveprosjektet hadde som målsetning å fremme læring gjennom økt fysisk aktivitet, næringsrik mat og et godt skolemiljø. Dette innebar blant annet gratis lunsj til elevene servert i et forsamlingslokale nær skolen. Evalueringen av gratis skolemåltid i heldagsskolen ble utført av Høgskulen på Vestlandet (HVL) og Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet (MHFA) på HVL.

1.2. Noen tidligere kartlegginger av gratis skolemåltid

Et tilbud om gratis skolemåltid kan påvirke kostholdet i en positiv retning. En oversiktsartikkel oppsummerer effekten et gratis skolemåltid kan ha i høyinntekstland. Resultatene viste at gratis skolemåltid var assosiert med blant annet økt deltakelse ved skolemåltider og bedre kosthold (Cohen et al., 2021). En norsk kunnskapsoppsummering tok utgangspunkt i denne oversiktsartikkelen og gjorde i tillegg egne litteratursøk, og konkluderte med at resultatene i mindre grad er overførbare til dagens norske forhold og kontekst (Hovdenak et al., 2023). Kunnskapsoppsummeringen konkluderer med at det mangler kontekstrelevante og metodiske sterke studier som undersøker den potensielle effekten av gratis skolemåltid.

Noen studier av gratis skolemåltid er gjort i Norden, blant annet en studie fra Danmark sammenlignet gratis lunsjmåltid med matpakke blant 9-13 åringer. I skolemåltidsprosjektet var det fire skoler som fikk servert gratis lunsj i to måneder, etterfulgt av en periode der de kunne kjøpe lunsj. Fire skoler var kontrollskoler og hadde medbrakt matpakke. Resultatene viste at gratis lunsj reduserte inntaket av fett (og mettet fett), inntak av usunn snacks, frukt og fullkorn, og økte inntaket av grønnsaker, nøtter, belgvekster og fisk. Når elevene måtte betale for skolelunsjen var det få som benyttet seg av tilbudet, og de fant ingen positive kostholdsendringer (Sabinsky et al., 2019).

OPUS-studien fra Danmark har også undersøkt effekten av å servere gratis lunsjmåltid i tillegg til formiddag- og ettermiddagssnacks og sammenlignet med medbrakt matpakke hos 8-11 åringer. Ni skoler deltok, der halvparten av klassene startet med å få servert gratis skolemåltider i tre måneder, mens resterende halvpart av klassene spiste medbrakt matpakke. Etter tre måneder

byttet klassene. Resultatene viste blant annet at elevene økte inntaket av grønnsaker, nøtter, belgfrukt, fisk og reduserte inntaket av fett, brød og frukt når de fikk gratis skolemåltid (Andersen et al., 2014).

I Norge er det i den senere tid gjennomført noen mindre studier der en har prøvd ut gratis skolemat. Skolematprosjektet i Agder var et forskningsprosjekt som serverte gratis smørelunsj gjennom ett år til to skoler. En kontrollgruppe fortsatte med medbrakt matpakke som vanlig. Resultatene viste at gratis lunsj ga høyere inntak av sunne matvarer i skoletiden. Elevene mente at den sosiale delen av skolemåltidet med sosialt fellesskap og økt trivsel var det viktigste for dem. Studien konkluderte blant annet med at gratis skolemåltid kan virke sosialt utjevne ved at elever med lavt utdannede foreldre spiser sunnere når de får mat på skolen (Illøkken et al., 2017; Illøkken et al., 2021; Vik et al., 2020; Vik, Van Lippevelde, & Øverby, 2019).

Ved Verdalsøra ungdomsskole ble det i et pilotprosjekt servert varmmåltid en dag, servert smørelunsj en dag og medbrakt matpakke tre dager i uken. Resultatene viste at det sosiale aspektet ved lunsjen var viktigst for elevene, og at måltid i kantine bidro til et inkluderende sosialt fellesskap. Kostregistrering viste at det var flere som spiste lunsj dagen smørelunsj ble servert sammenlignet med dagene elevene hadde med matpakke eller fikk tilbud om varmlunsj, og at inntaket av grønnsaker var høyere i smørelunsj enn matpakke. Elevene mente at fordelene med smørelunsj var at en kunne velge hva en ville ha, i tillegg at det var lettvinnt, tidsbesparende og positivt at de kunne forsyne seg flere ganger (Bjørndal, Fossgard, & Aadland, 2020). I rapporten fra prosjektet trekker forfatterne frem at å inkludere elevene i menyutvikling med tanke på variasjon og tilpasning av retter er en forutsetning for å lykkes.

I en studie i regi av Folkehelseinstituttet serverte Kolve og kollegaer et enkelt varmt skolemåltid ved fem ungdomsskoler i to uker, der tre av skolene var i Oslo og to i Trøndelag. Elevene deltok i tilberedning, servering og opprydding. Elevene uttrykte at de var positive til å få servert mat, og de mente at måltidsituasjonen var mer sosial og hyggeligere enn tidligere. Dette kan skyldes blant annet av at flere lærere spiste sammen med elevene. Rektorene rapporterte om et behov for å få tildelt øremerkede midler til å dekke et skolemåltid uten at det gikk på bekostning av andre tiltak og behov i skolen. Rektorene oppga også behovet for å ansette en kokk og/eller andre ressurspersoner til å gjøre innkjøp, tilberede og rydde (Kolve, Helleve, & Bere, 2022).

1.3. Formålet med evalueringsprosjektet

Det har vært et stort fokus på gratis skolematordninger i Norge de siste årene, og i flere kommuner er det politisk vilje til å innføre ordninger der elevene får servert mat på skolen. Skolematordningene varierer etter grad av subsidiering, fra foreldrebetalte løsninger til helt gratis i de ulike kommunene. Samtidig viser kunnskapsoppsummeringer at kunnskapsgrunnlaget over effektene og kostnadene ved å innføre gratis skolemåltid ikke er godt nok (Helsedirektoratet, 2022; Hovdenak et al., 2023). Å hente inn erfaringer fra skolemåltidsordninger som blir igangsatt på enkeltskoler er derfor viktig. Det er nylig samlet inn eksempel på ulike typer skolelunsj-ordninger fra flere steder i landet (Musland et al., 2022). Dessverre blir svært få av igangsatte pilotprosjekt grundig evaluert, og spesielt helhetlige evalueringer som henter inn erfaringer fra både ledelse, elever, ansatte og foreldre er viktig å gjennomføre.

I denne rapporten vil vi se på erfaringene fra Austrheim skole i Haugesund kommune, som har gjennomført et toårig pilotprosjekt der elevene fra 1. til 4. trinn fikk et helhetlig skoletilbud som også inkluderte gratis skolemåltid. Skolemåltidet besto av et fullverdig måltid som servert varm eller kald lunsj, og et fruktmåltid senere på dagen. Erfaringer fra evalueringsprosjektet bidrar til å belyse organisering, holdninger og meninger om kosthold og trivsel under skolemåltidet. Eleverfaringer fra en kontrollskole med matpakkeordning blir brukt for å sammenligne sosiale aspekt ved måltidet. To masteroppgaver er tilknyttet prosjektet, og har tidligere presentert noen av funnene i rapporten (Torgersen & Wernersen, 2023; Vågnes, 2023).

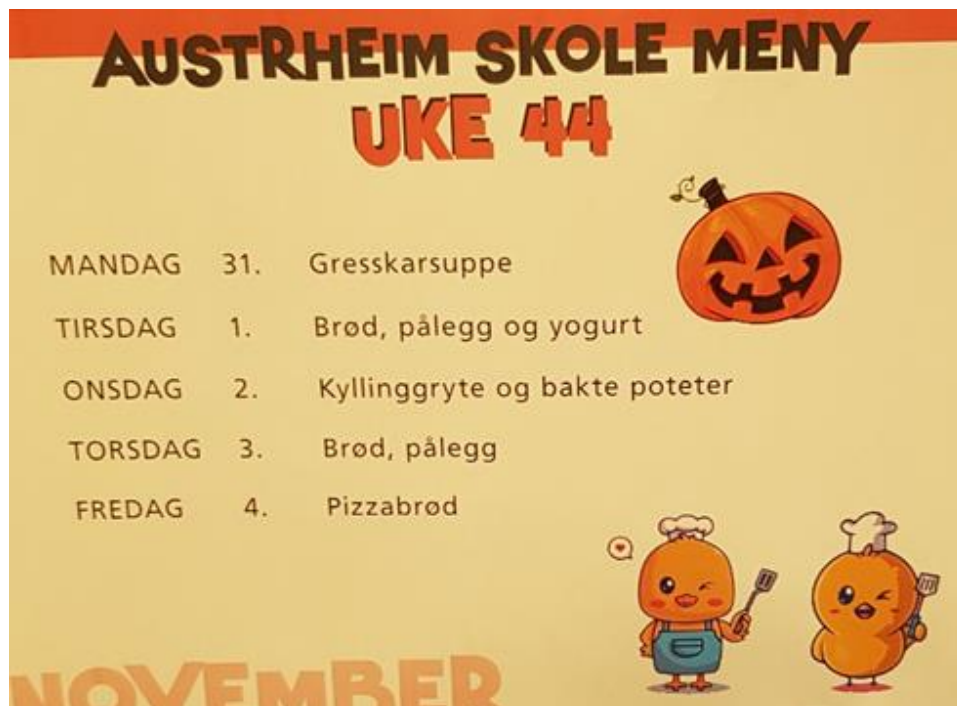
2. METODE OG MATERIALE

2.1. Casebeskrivelser

2.1.1. Heldagsskolen

Heldagsskoleprosjektet var initiert og finansiert av Haugesund kommune. I skoleårene 21/22 og 22/23 ble det gjennomført et heldagsskoleprosjekt for elever på 1.-4. trinn ved Austrheim skole i Haugesund kommune. Austrheim skole er en 1-7 skole med rundt 440 elever og 60 ansatte.

Heldagsskoleprosjektet skulle være med på å fremme læring gjennom økt fysisk aktivitet, kulturelle aktiviteter, næringsrik mat og et godt skolemiljø. I heldagsskolen ble tiden på skole og skolefritidsordning slått sammen, slik at skoledagen varte lenger for elevene. Skolen var leksefri og det ble servert gratis skolemåltid daglig. Elevene gikk klassevis til et eget bygg med spisesal der de inntok lunsjmåltidet. Til lunsj ble det servert varm mat tre dager og brød med pålegg to dager i uken. Figur 1 viser et eksempel på en ukemeny. Til ettermiddagsmåltidet ble det servert frukt.



Figur 1. Eksempel på ukemeny

2.1.2. Kontrollskole

Kontrollskolen var en skole i Bergen kommune med tilnærmet lik størrelse som Austrheim skole, men hadde ikke heldagsskole eller gratis skolemat. Elevene hadde med matpakke og spiste alle måltider i klasserommet. Elevene hadde mulighet til å abonnere på melk og skolefrukt. Skolen ble valgt av bekvemmelighetskriterier.

2.2. Studiedesign

Det ble gjort en tverrsnittstudie der dataene ble samlet inn i løpet av to dager ved Austrheim skole i Haugesund i oktober/november 2022. Det vil si at Austrheim hadde vært heldagsskole i litt over et år når evalueringen ble gjennomført. Prosjektevalueringen har tatt utgangspunkt i lunsjmåltidet som serveres daglig i heldagsskolen, med spesielt fokus på smøremåltidet, og målet var å evaluere måltidsorganisering og elevers kosthold og måltidstrivsel. Studien er basert på en kombinasjon av ulike data og metoder, ved å bruke en metodetriangulering. Vi har valgt å kombinere kvantitative og kvalitative metoder for både å beskrive og å undersøke hvor utbredte elevenes erfaringer og oppfatninger var, og ikke minst for å forstå og forklare elevenes oppfatninger og praksiser. Studiedesignet omfattet to dagers observasjon av lunsjmåltidet og en dag kostregistrering av lunsjmåltidet på 3. og 4. trinn Austrheim skole, en dag observasjon av lunsjmåltidet på 1. og 2. trinn, gruppeintervju med elever på 3. og 4. trinn, individuelle intervju med rektor og kokk, og spørreskjema til elever på 3. og 4. trinn, og til lærere og foresatte på 1.-4. trinn. På kontrollskolen ble det gjennomført gruppeintervju med elever, elevspørreskjema om sosial aspekt ved skolemåltidet og observasjon av lunsjmåltidet over to dager i oktober 2022, på elever fra 4. trinn.

2.3. Rekruttering av elever, foreldre og ansatte

Sikt (www.sikt.no) har vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket. Vi begrenset utvalget til elever på 3. og 4. trinn på Austrheim skole og 4. trinn på kontrollskolen, av praktiske årsaker. På 3. trinn på Austrheim skole ble 2 klasser inkludert (53 elever), mens på 4. trinn ble 3 klasser på Austrheim skole (61 elever) og 2 klasser på Fridalen skole (49 elever) inkludert. Det ble sendt informasjonsbrev om prosjektet og samtykkeskjema i papirform til elevenes foresatte i forkant av datainnsamling. Foresatte ble bedt om å krysse av om deres barn kunne delta i gruppeintervju. Det ble også informert om at barna ville bli spurt om de ville delta i anonyme spørreundersøkelser og om det kunne tas bilder av maten de forsynte seg med i spisesalen. Lærerne påtok seg å dele ut og samle inn

samtykkeskjemaene i hver klasse. Videre ble elevene informert i forkant av kostregistreringen som skulle foregå i spisesalen om at det var frivillig å få tatt bilder av maten de forsynte seg med.

Foreldre ble rekruttert ved at Austrheim skole sendte ut elektronisk spørreskjema til foreldre til elever på 1.-4. trinn. Foreldrene gav samtykke til deltakelse ved å besvare spørreskjemaet. Ansatte ble rekruttert ved at rektor på Austrheim skole sendte ut elektronisk spørreskjema til alle ansatte på 1.-4. trinn. De gav samtykke til deltakelse ved å besvare spørreskjemaet.

2.4. Spørreskjema

2.4.1. Spørreskjema til elever

Det ble utarbeidet to strukturerte spørreskjema til elevene. Spørsmålene og utsagnene i begge spørreskjemaene ble formulert med tanke på at barn på 3. og 4. trinn skulle forstå dem. Før datainnsamlingen ble det gjennomført en pilot av spørreskjemaene på noen elever på 3. trinn for å se om spørsmålene passet til målgruppen, om de skjønnte hva det ble spurt om, og om de skjønnte hvordan de skulle svare ut fra Likert-skalaen. Piloten viste at ulik leseferdighet kunne gjøre det vanskelig for noen elever å besvare spørreskjemaet, og det ble derfor bestemt at en prosjektmedarbeider eller lærer skulle lese opp spørsmålene og svaralternativene.

Spørreskjemaene ble delt ut på papir. En av prosjektdeltakerne leste opp spørsmålene og svaralternativene, og prosjektdeltaker(e) og lærer(e) hjalp elever som trengte hjelp til utfylling av spørreskjemaet.

I spørreskjema om elevenes trivsel omhandlet spørsmålene ulike tema om skolemåltidet, som sosiale aspekter, selvbestemmelse, trivsel og vokseninvolvering. Noen av spørsmålene ble tilpasset hhv. heldagsskolen og kontrollskolen. I tillegg ble det spurt om elevenes kjønn. De fleste spørsmålene skulle besvares ved hjelp av 5-punkts Likert-skala der alternativene var helt uenig, litt uenig, verken/eller, litt enig, helt enig. Elevene skulle sette et kryss ved det svaralternativet som passet best. 88 elever, 26 fra 3. trinn og 62 fra 4. trinn, besvarte spørreskjemaet om trivsel på Austrheim skole, og 49 elever fra 4. trinn på kontrollskolen.

I spørreskjemaet om elevenes kosthold omhandlet spørsmålene skolemåltidet generelt, smørelunsjen og varmlunsjen. Det ble spurt om hva de synes om lunsjordningene, hva som påvirker matvalgene, og om de spiste opp maten. 114 elever fra 3. og 4. trinn svarte på spørreskjema om kosthold på Austrheim skole.

2.4.2. Spørreskjema til foresatte

Link til et elektronisk spørreskjema (SurveyXact) ble sent av Austrheim skole til foresatte for elever på 1. til 4. trinn 2. mai 2022. Det var 214 elever på 1.-4. trinn på skolen, og 427 foresatte mottok undersøkelsen. 204 åpnet undersøkelsen, 19 svarte på ett eller to spørsmål og ble ekskludert, og 185 svarte på hele eller deler av undersøkelsen.

2.4.3. Spørreskjema til ansatte

Link til et elektronisk spørreskjema (SurveyXact, Vedlegg 4) ble sent til i alt 50 ansatte på 1. til 4. trinn ved Austrheim skole i mars 2023 (32 pedagoger, og ca. 18 miljøarbeidere. Personlig kommunikasjon, rektor Stine Helen Mehammer). En purring ble sendt ut 22/5 2023. 40 personer åpnet spørreskjemaet, 31 svarte på 5 eller flere spørsmål, og ble inkludert i analysen. Totalt fullførte 21 spørreskjemaet.

2.5. Kostregistrering

På Austrheim skole ble kostregistrering av lunsjmåltidet gjennomført ved å ta bilder av hver enkelt elevs tallerken etter at de hadde forsynt seg, og av eventuelle rester. To observatører sto ved enden av hver serveringsdisk og en observatør sto ved avfallsstasjonen. Eleven la et ID-kort med deltagernummer ved tallerkenen når det ble tatt bilder, og det ble markert med fargekoder om bildet var av mat eleven forsynte seg med eller om det var rester som skulle kastes i matavfall. Kostdata fra bilder av maten som hver av elevene forsynte seg med ble registrert i kostholdsprogrammet *Kostholdsplanleggeren.no*. Tilsvarende ble gjort for eventuelle rester. Registrerte matvarer ble hentet ut i form av en Excel-fil, og prosent elever som hadde valgt ulike typer grønnsaker og fiskepålegg ble kalkulert.

2.6. Gruppeintervju med elever

Det ble gjennomført gruppeintervjuer med elever på 3. og 4. trinn. Elevene skulle intervjues om to tema: *trivsel*, og *kosthold*. Det ble derfor utarbeidet en halvstrukturert intervjuguide for hvert tema. I hvert intervju var 4-8 elever til stede og en til to forskere, der en hadde hovedansvaret for selve intervjuet. Deltakerne ble informert om at de når som helst kunne trekke seg fra prosjektet dersom de ønsket det. Intervjuene ble gjennomført i skolens lokaler, og det ble gjort lydopptak.

Hovedtemaene i gruppeintervjuene om trivsel var organisering av skolemåltidet, hva de selv tenker om skolemåltidet, hva de liker ved gjennomføring en av

skolemåltidet og om de tenker noe kunne vært annerledes. Fire bilder dannet utgangspunkt for samtalene i intervjuet. Bildene viser ulike måltidsituasjoner: 1) 4 elever sitter rundt hvert bord i en spisesal og spiser, 2) to elever sitter ved hvert bord i et klasserom og spiser, 3) mange elever sitter ved flere langbord i en gymsal og spiser, 4) elever sitter alene på hver sin pult og ser på skjerm mens de spiser. På Austrheim skole deltok totalt 20 elever fra 4. trinn i gruppeintervju om trivsel, fordelt på tre grupper med hhv. 7, 5 og 8 elever. På kontrollskolen deltok 8 elever fra 4. trinn fordelt på to grupper med hhv. 3 og 5 elever. Hovedtemaene i gruppeintervjuene om kosthold var hva elevene synes om å få et gratis skolemåltid, hva de foretrakk av smørelunsj og varmmat, matvalg under skolemåltidet og hva de ønsket å få servert hvis de selv kunne velge. Totalt 25 elever fra Austrheim skole deltok i gruppeintervju om kosthold, fordelt på to grupper fra 3. trinn (hhv. 6 og 4 elever) og to grupper fra 4. trinn (hhv. 7 og 8 elever).

2.7. Observasjoner av spisemiljø

Det ble gjennomført observasjoner av lunsjmåltidet i spisesalen på Austrheim skole og i klasserommet på kontrollskolen der fokuset for observasjonene var todelt. Det ble derfor utarbeidet to halvstrukturerte observasjonsguider med rubrikker for hva som skulle observeres og åpne felt for å skrive ned hva som ble observert og i hvilket tidsrom det ble observert. På Austrheim skole var seks observatører til stede samtidig, plassert på ulike steder i spisesalen, og med forhåndsbestemt fokus for observasjonene. På kontrollskolen var det en observatør til stede per klasse og observatøren var plassert bakerst i klasserommet. Observasjonsskjemaet for observasjon av trivsel inneholdt rubrikker for organisering av måltidet, lærerinvolvering, og elevenes sosiale atferd. Trivsel ble observert på begge skoler. Observasjonsskjemaet for kosthold inneholdt rubrikker for hva elevene forsyner seg av, lærerinvolvering når elevene forsyner seg, samtaler når elevene forsyner seg/står i kø for å forsyne seg, hvor lenge måltidet varer. Dette observasjonsskjemaet ble kun brukt på Austrheim skole.

2.8. Intervju av matansvarlig og rektor

På Austrheim skole ble det gjennomført individuelle intervjuer med rektor og kokk. Det ble utformet halvstrukturerte intervjuguider. Temaene som inngikk i intervjuet med rektor var om skolematorningen, inkludert beskrivelse, organisering, gjennomføring, finansiering, psykososialt miljø, og styrker og svakheter. Intervjuet med rektor ble gjennomført i skolens lokaler med en intervjuer til stede, og det ble gjort lydopptak. I intervjuet med rektor ble intervjuguide fra tidligere HVL-rapport benyttet (Musland et al., 2022). Temaene som inngikk i intervjuet med kokken var menyvalg, elevenes matvalg,

lærerinvolvering, og støynivå. Intervjuet med kokken ble gjennomført i lokalene der måltidene ble servert med to intervjuere og en observatør til stede, og det ble gjort opptak av samtalen.

2.9. Analyse

Lyddopptak fra intervjuene ble transkribert av prosjektdeltakerne, og dialekt ble skrevet om til bokmål. Elevenes navn er anonymisert og erstattet med et nummer. Data fra elev-spørreskjemaene ble plottet inn i Excel, og det ble foretatt en kontroll av plottingen på et senere tidspunkt. Disse dataene og data fra hentet ut fra SurveyXact ble deretter analysert i Excel for å finne prosentvis fordeling av svaralternativene. Svaralternativene var på Likert skala (1-5), og gjennomsnittlige tallverdier under 3 vil tilsvare uenig, og tallverdi over 3 vil tilsvare enig. Toveis Student's t-test ble benyttet for å vurdere signifikante forskjeller mellom gjennomsnittlige svar fra elevgruppene på Austrheim skole og kontrollskole (spørreskjema om trivsel).

3. RESULTAT

3.1. Gjennomføring av skolemåltidet

3.1.1. Bakgrunn for og gjennomføring av skolemåltidsordningen

Fra intervju med rektor ble det klart at skolen i planleggingsfasen hadde svært frie rammer for gjennomføringen av måltidene, og både mat levert utenfra, og å spise i klasserom istedenfor kantine ble vurdert. En prosjektgruppe som bestod av ledelse, SFO-leder, miljøarbeidere og lærere ble nedsatt, og var viktig for utformingen av måltidene i heldagsskolen. For å oppnå at måltidene skulle kunne påvirke skolemiljøet og relasjoner mellom elevene ønsket skolen en felles spisesal. Siden skolen ikke hadde en kantine eller kjøkkenfasiliteter fikk skolen ekstratilskudd til å rigge et større kjøkken i bydelshuset som lå like ved, og som hadde en stor sal som egnet seg å gjøre om til kantine. Økonomiske beregninger tilsa at det var dyrere å bestille mat utenfra enn å ansette en kokk som laget maten. Selv om skolen i utgangspunktet bare hadde planlagt ett varmt måltid i uken var det økonomisk rom til å utvide til to-tre ganger i uken. Gjennomføringen av måltidene krevde en god del organisering, og rektor sa at skolen også har hatt fokus på det pedagogiske aspektet av måltidet: «[...] hvor mye læring det er rundt bordet når vi sitter og spiser sammen, for ikke å snakke om før, under og etter måltidet.» Det å ha en kokk på skolen åpnet også for nye muligheter, både for enkeltelever som trenger alternative læringsopplegg og mataktiviteter ved større skolearrangementer. Rektor viste til at å innføre skolemåltid har vært et arbeid uten veiledere, der skolen ikke har hatt så mange andre å se til. Prosjektgruppen har møttes hver 4-6 uke for å vurdere om endringer trengs, og skolen har også gjennomført flere prosesser i personalet på planleggingsdager, hvor det har vært arbeidet med innspill og justeringer fra de ansatte. I tillegg har skolen gjennom prosjektperioden sendt ut flere undersøkelser og evalueringer med ønske om innspill til forbedring fra personalet. Som rektor sa: «Og så må du være innstilt på at her må du snu og endre på ting underveis».

3.1.2. Funn fra observasjon av et skolemåltid på Austrheim skole og kontrollskole

Austrheim skole hadde, i perioden heldagsskole ble evaluert, et varmt måltid to-tre ganger i uken og smørelunsj de andre dagene. Evalueringen fokuserte på smørelunsjen, siden elevene forsynte seg selv og gjorde egne matvalg i dette måltidet, og det var mulig å få en representativ kostregistrering på tiden tilgjengelig. Observasjoner av måltidet ble derfor gjennomført på smørelunsjdager. Organiseringen og gjennomføringen av lunsjmåltidene var den

samme på dagene med varmlunsj, med unntak av at kjøkkenpersonalet hjalp til med å servere maten til elevene. En kontrollskole med matpakkelunsj var inkludert i evalueringen for å ha et sammenligningsgrunnlag når det gjaldt måltidsorganiseringens innvirkning på sosiale interaksjoner, med fokus på 4. trinn.

På Austrheim skole spiste elevene samlet to trinn om gangen i en felles spisesal som var i 3-5 minutters gåavstand fra skolen. En smørelunsj ble observert på 1. og 2. trinn. Lunsjen til 1. og 2. trinn varte fra kl. 10.20 til rundt 11.00, og 1. trinn kom til kantinen 10-15 minutter før 2. trinn slik at det ikke ble kø i garderobe og serveringsdisk. Dagen for observasjon kunne elevene forsyne seg med brød, glutenfritt knekkebrød, pålegg, grønnsaker, müsli og to typer yoghurt. Elevene var raske og erfarne. De fleste forsynte seg selv, og noen lærere hjalp til. Det var få elever som valgte grønnsaker, selv om lærere ved serveringsdisken av og til oppfordret elevene til å forsyne seg av agurk eller paprika. Det var færre elever som forsynte seg av melk ved 1. og 2. trinn enn 3. og 4. trinn, men ved bordene hjalp lærere til så alle fikk vann.

En smørelunsj ble observert på 3. og 4. trinn. Lunsjen til 3. og 4. trinn var etter et langt friminutt og varte fra kl. 11.25 til 11.55. Elevene brukte de siste 10 minuttene av friminuttet til å forflytte seg til kantinen, henge av seg klær og vaske hender. Kantinen var utstyrt med to serveringsdisker hvor elevene kunne forsyne seg med brødmat, pålegg og grønnsaker fra begge sider av disken. Observasjonsdagen kunne de også velge gresskarsuppe. Det var dessuten egne stasjoner med lettmelkedispensere, og melkeerstatninger som laktosefri melk, soyamelk og havremelk var tilgjengelig. I tillegg stod det vannmugger på bordene. I rommet var det ti langbord med 12 -14 stoler rundt hvert (Figur 2). På bordene var det navneskilt med hvem som skulle sitte på bordet, men elevene fikk selv velge plass rundt sitt bord. Etter hvert som de fikk gå inni lokalet, stilte elevene seg i kø ved serveringsdisken, og en lærer hjalp elevene med å forsyne seg ved behov og oppmuntret også elevene til å smake på gresskarsuppen. Som observatører hadde vi inntrykk av at elevene var selvhjulpne, og at serveringen gikk effektivt. Mange av elevene valgte å forsyne seg med melk. Elevene hadde også tid til å gå og forsyne seg flere ganger. Klokken 11.50 ble det ringt i en bjelle som signaliserte at måltidet var ferdig, og at elevene skulle rydde. Elevene bar stolene til siden av rommet, og tallerkener og bestikk til ryddestasjoner. De siste elevene forlot lokalet omtrent 11.55.

Lokalet måltidet foregikk i var stort og hadde ikke ideelle lydforhold. Det var dermed et relativt høyt støynivå under lunsjen til 3. og 4. trinn. Elevene hadde frihet til å gå å forsyne seg flere ganger, og noen få gikk også mellom bordene for å prate med venner. For disse trinnene var det færre enn en lærer pr bord, og

noen lærere gikk rundt i lokalet for å holde orden istedenfor å spise sammen med elevene, som var rollen flertallet av lærere hadde. På 1. og 2. trinn var måltidsituasjonen roligere. Det kan skyldes at 1. trinn gikk tidligere til kantinen og hadde startet å spise før 2. trinn kom inn i lokalet. I denne serveringen var det også en til to voksne per bord.

Det var en hyggelig og inkluderende atmosfære under måltidet i begge serveringene. De fleste elevene snakket med medelevene sine, og lærerne som satt ved bordene spiste også sammen med elevene og deltok i samtalen. Om noen ikke snakket en periode ble de som regel dratt inn i samtalen enten av medelever eller en lærer. På 3. og 4. trinn var det ikke mulig for observatørene å høre innholdet i samtaler på grunn av høye lydnivået, men på 1. og 2. trinn var det flere samtaler om mat og hva barna likte, og også tema som bordskikk og fritidsaktiviteter. Elever som trengte spesiell oppfølging satt i et eget rom ved siden av kjøkkenet, og hadde adskilt matservering.



Figur 2. Spisesalen tilknyttet Austrheim skole. I bakgrunnen sees den ene serveringsdisken, rydde-stasjon og melkedispenser.

På kontrollskolen med matpakkelunsj ble et måltid i to klasser observert. Måltidet var etter et langt friminutt, og etter timeplanen skulle det vare fra kl. 10.15 til 10.45. Elevene spiste i klasserommet på sine faste plasser. De satt sammen to og to eller tre og tre. Etter friminuttet fikk elevene beskjed om å vaske hendene, finne fram mat og sitte på plassene sine. To av elevene hentet skolemelk. Først

når alle var på plass fikk elevene beskjed om å begynne å spise, ca. kl. 10.22. I den ene klassen leste læreren i bok under måltidet, og det var en assistent som hjalp til når det var behov. I den andre klassen satte læreren på skjerm for elevene under måltidet. Læreren brukte tid på å få alle til å være stille før skjerm ble satt på. I begge klasser gav lærerne beskjed underveis om at elevene måtte huske å spise maten sin, og de som ikke var helt ferdig når måltidet gikk mot slutten og maten skulle ryddes bort, fikk et par minutter til.

Måltidet foregikk i rolige former i begge klasser, var godt organisert og alle fikk god tid til å spise maten sin. Aktivitetene i lunsjen gjorde at det ikke var lagt til rette for samtaler mellom elevene. Læreren var sterkt tilstedeværende i form av en organisator-rolle, men deltok ikke i selve måltidet. Lunsjen på 1.-3. trinn ble ikke observert, men tilbakemelding fra lærere tilsa at den foregikk på lignende måte.

3.2. Elevers erfaringer med skolemåltidet

Det var 88 elever fra 3. og 4. trinn ved Austrheim skole som svarte på spørreskjemaet om trivsel (Tabell 1). Ved kontrollskolen svarte 49 elever fra 4. trinn på spørreskjemaet. I tillegg ble det gjennomført ett fokusgruppeintervju i hver av klassene på 4. trinn på Austrheim skole (n = 5, 7 og 8) og kontrollskolen (n = 3 og 5).

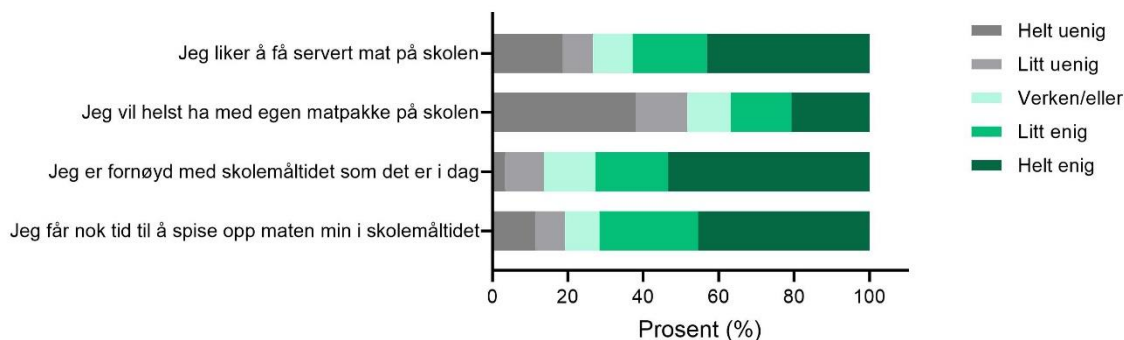
Tabell 1. Oversikt over elever som har svart på deler av eller hele spørreundersøkelsen om trivsel i skolemåltidet på 3. – 4. trinn

	Austrheim*, Antall (%)	Kontrollskole, Antall (%)
Elever, totalt	88 (100)	49 (100)
Jenter	34 (39)	28 (57)
Gutter	53 (60)	21 (43)
Tredje trinn	26 (30)	0 (0)
Fjerde trinn	62 (79)	49 (100)

* Spørreskjema om kosthold ble også gjennomført med en ekstra klasse på 3. trinn: Elever totalt, n = 116, Tredje trinn, n = 54.

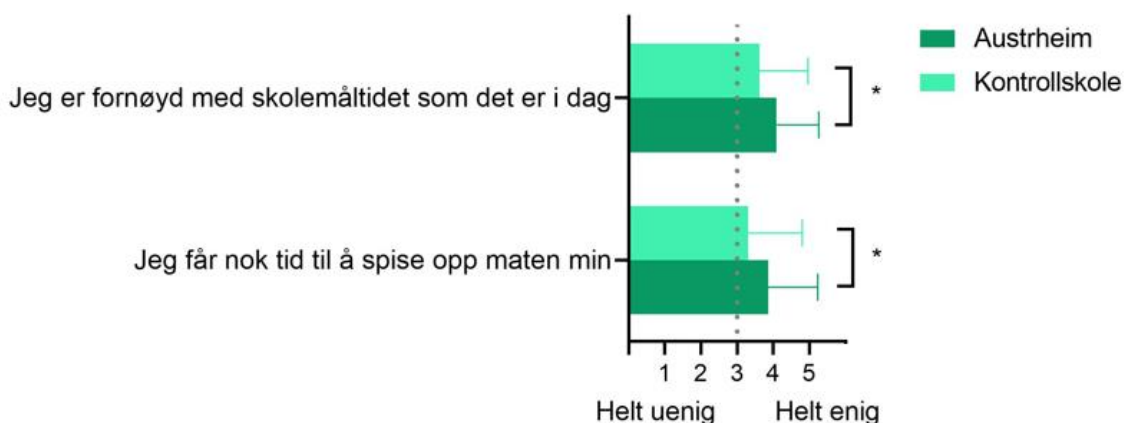
3.2.1. Elevers erfaringer med og oppfatninger av måltidsorganiseringen sammenlignet med en kontrollskole

63 % av elevene ved Austrheim skole var litt eller helt enig i at de liker å få servert mat på skolen, mens 37 % ville helst vil ha med egen matpakke på skolen (Fig. 3). Samtidig var 73 % av elevene fornøyd med skolemåltidet som det er i dag. 72 % av elevene var helt eller litt enig i at de får nok tid til å spise opp maten sin i skolemåltidet.



Figur 3. Svar på spørsmål om organisering av skolemåltidet fra elever ved Austrheim skole (n = 88).

Vi undersøkte om oppfatningene av organiseringen av skolemåltidet var ulik på skolen som hadde felleslunsj i kantine, og kontrollskolen der elevene spiste matpakke hjemmefra i klasserommet. Gjennomsnittet av elever på begge skoler svarte at de var fornøyd med skolemåltidet, men elever ved Austrheim skole var signifikant mer fornøyd, og mer enig i at de har nok tid til å spise opp maten (Fig. 4).



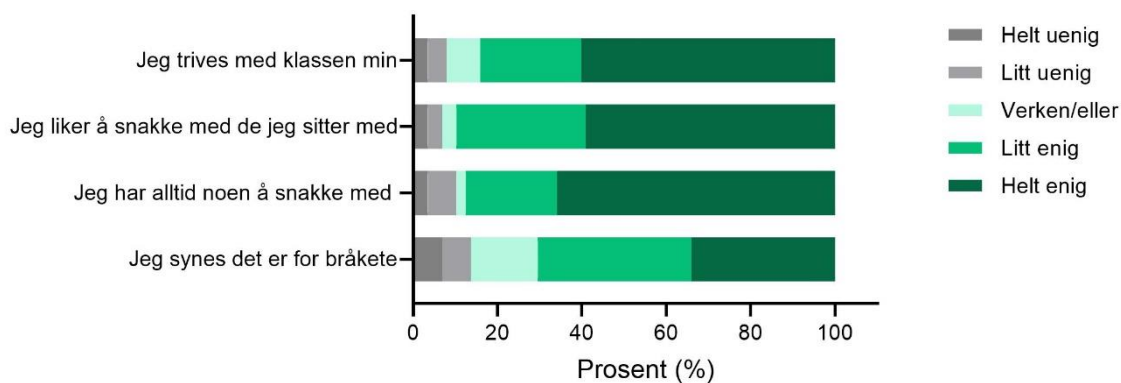
Figur 4. Svar på spørsmål om organisering av skolemåltidet fra elever ved Austrheim skole (n = 88) og kontrollskole (n = 49). Gjennomsnitt med standardavvik er vist. Likert-skala gikk fra helt uenig (1) til helt enig (5), der nøytral (verken/eller) er markert med grå stiplede linje. Signifikant forskjellig verdier er bestemt ved Student's t-test. *p < 0.05.

Intervjuene viste at noen elever ved Austrheim skole var opptatt av at avstanden til spiselokalet og køståing kunne gå ut over tiden brukt til undervisning, sammenlignet med å spise i klasserommet: «da slipper vi liksom å stille opp etter vi har vært i kantinen, å gå opp, og da har vi mer tid til timer». De trodde derimot ikke at å spise i klasserommet ville gitt dem mer tid til å spise på. Siden heldagsskole gir fleksibilitet i timeplanen skal ikke timeplanfestet tid til skolemåltidene gå ut over tiden som er tilgjengelig for generell undervisning. Det er interessant at noen av elevene likevel hadde inntrykk av det. Som løsning på at det er kjedelig å stå i kø foreslo elevene en kølappordning slik at alle kunne sette seg, og hente maten sin etter tur. En annen elev mente derimot at det er nyttig lærdom: «det kan være bra så man kan lære seg å stå litt i kø, at de tåler å vente».

Noen deltakere fremhevet kostnaden av å ha med egen matpakke som en fordel ved gratis skolemåltid og sa «Det er bra fordi da slipper vi å bruke masse penger på å ha med mat til skolen» og «Det kan være bra fordi det er noen som ikke har så mye penger, og hvis de ikke har med mat på skolen får de det gratis her». I tillegg ble det nevnt av flere at med servering av mat på skolen ville man uansett vært sikret å få mat på skolen, så å glemme matpakke ville ikke være et problem. En elev sa om andre skoler: «Jeg tror de syns det er litt urettferdig når de må ha med matpakke mens vi får lov til å ha kantine»

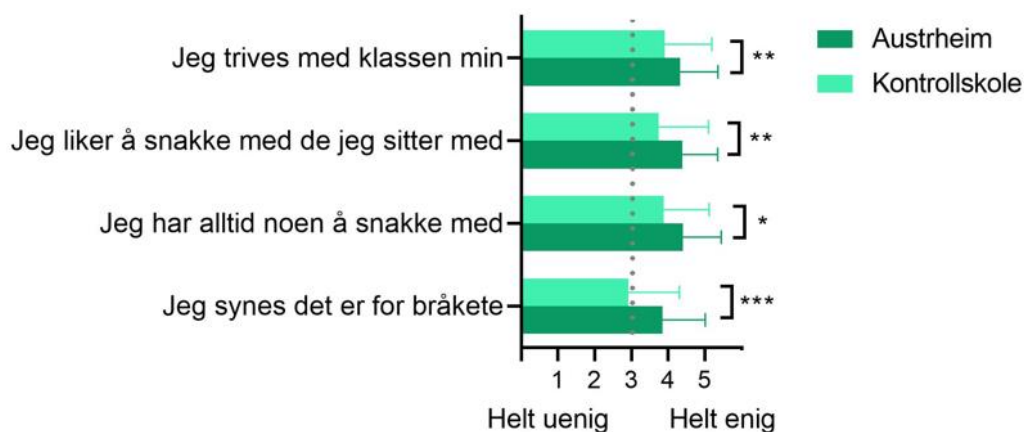
3.2.2. Elevers oppfatninger av trivsel og sosiale aspekt ved måltidet sammenlignet med en kontrollskole

Elevene ved Austrheim skole var i høy grad enig i at de trives med klassen sin når de spiser (84 % litt eller helt enig, Fig. 5). 90 % av elevene var også enig i at de liker å snakke med de de sitter sammen med under måltidet, og 88 % hadde alltid noen å snakke med. I tråd med observasjonene, som viste at det var et relativt høyt støynivå i spisesalen, mente 70 % av elevene at det var for mye støy under skolemåltidet.



Figur 5. Svar på spørsmål om sosiale måltid og måltidstrivsel under skolemåltidet fra elever ved Austrheim skole (n = 88). Spørsmålene er gitt i forkortet form, og alle ble avsluttet med «...under skolemåltidet»)

Siden meningene til elever vil være påvirket av hvilken type skolemåltid de er vant til, var det interessant å sammenligne svarene fra Austrheim skole med en kontrollskole. På begge skolene var elevene enig i at de trives godt med klassen sin under skolemåltidet, selv om elevene ved Austrheim skole var signifikant mer enige i denne påstanden (Fig. 6). Elevene på kontrollskolen, der det ikke var lagt til rette for å snakke sammen under skolemåltidet, var signifikant mindre enig i at de liker å snakke med de som de sitter med, og at de alltid har noen å snakke med. Elevene ved Austrheim skole var derimot enig i at de synes det er for bråkete under skolemåltidet, mens kontrollskolen ikke var enig i denne påstanden.

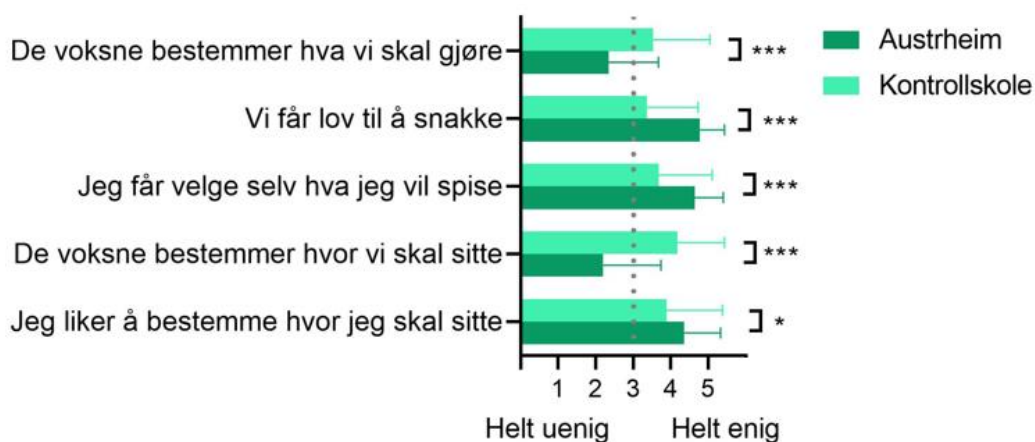


Figur 6. Svar på spørsmål om sosiale måltid og trivsel under skolemåltidet fra elever ved Austrheim skole (n = 88) og kontrollskole (n = 49). Gjennomsnitt med standardavvik er vist. Likert-skala gikk helt uenig (1) til helt enig (5), der nøytral (verken/eller) er markert med grå stiplede linje. Signifikant forskjellig verdier er bestemt ved Student's t-test, *p < 0.05, **p < 0.01, ***p < 0.001.

I intervjuene ved Austrheim skole trakk noen av elevene frem at støy i skolemåltidet gjør dem slitne, og er en grunn til at de heller ønsker å spise i klasserommet. De som helst ønsket å sitte ved langbord i lunsjen fokuserte på at å sitte med flere kan bidra til å få nye venner. Noen var opptatt av å ha frihet til å sitte sammen med vennene sine. Også på kontrollskolen var flere av elevene opptatt av å kunne sitte flere sammen i skolemåltidet: «Vi sitter fire, og jeg liker å sitte sammen med noen». Det kom frem at de fleste ved kontrollskolen var fornøyd med å sitte i klasserommet i skolemåltidet.

3.2.3. Elevers erfaringer av medbestemmelse under skolemåltidet sammenlignet med en kontrollskole

Gjennomsnittet av elever ved Austrheim skole var uenig i at de voksne bestemmer hva de skal gjøre under skolemåltidet, i motsetning til kontrollskolen (Fig. 7). Elevene var også helt enig i at de får lov til å snakke under skolemåltidet, mens kontrollskolen var signifikant mindre enig i dette. Elevene ved Austrheim var også signifikant mer enig i at de får velge selv hva de vil spise under skolemåltidet sammenlignet med kontrollskolen. Mens elevene fra kontrollskolen mente at de voksne bestemmer hvor de skal sitte, var elevene fra Austrheim uenige i denne påstanden. Gjennomsnittlig svar fra elevene fra Austrheim viste at de var litt, men signifikant, mer enig i at de liker å bestemme hvor de skal sitte.



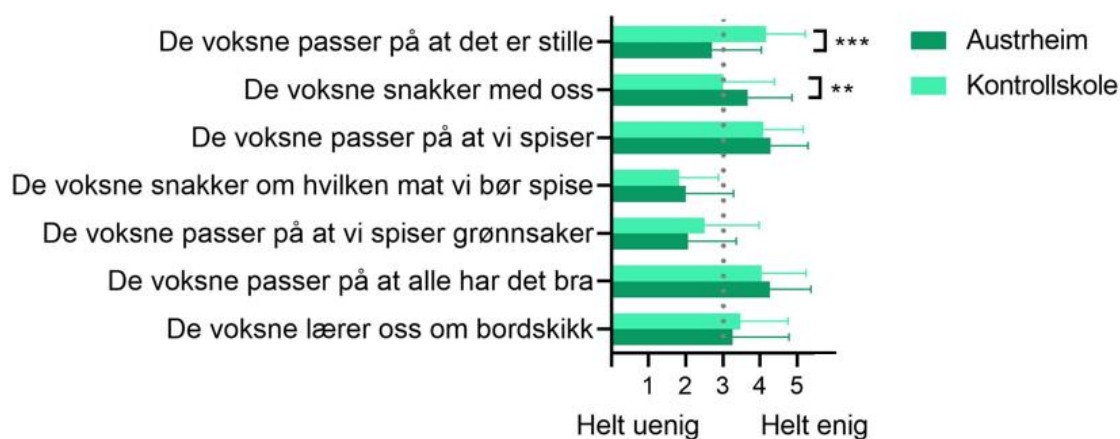
Figur 7. Svar på spørsmål om medbestemmelse i skolemåltidet fra elever ved Austrheim skole (n = 88) og kontrollskole (n = 49). Gjennomsnitt med standardavvik er vist. Likert-skala gikk helt uenig (1) til helt enig (5), der nøytral (verken/eller) er markert med grå stiplede linje. Signifikant forskjellig verdier er bestemt ved Student's t-test, *p < 0.05, ***p < 0.001.

I intervjuene nevnte elevene ved Austrheim skole at når de skulle bytte plasser i kantinen, spurte læreren om hvilke bord og personer de ønsket å sitte sammen med. Samtidig nevnte en elev at det var bra at lærerne bestemte hvilke bord de skulle sitte på, slik at man var sikker på at alle hadde noen å sitte med. På kontrollskolen var elevene mest opptatt av medbestemmelse i hva de fikk se på skjerm under måltidet. De fortalte at selv om de av og til fikk komme med forslag, var det ikke alltid flertallet som fikk bestemme.

3.2.4. Elevers erfaringer med rollen til de ansatte under skolemåltidet sammenlignet med en kontrollskole

Elevene på kontrollskolen var signifikant mer enig i at de ansatte passer på at det er stille under måltidet, mens elever ved Austrheim skole i mindre grad var enig i denne påstanden (Fig. 8). Tilsvarende var elever ved Austrheim skole signifikant mer enig i at de ansatte snakker med dem under måltidet. Derimot var

det ingen forskjell mellom skolene når det gjaldt hvorvidt de voksne passer på at de spiser, hvilken mat de spiser, om de spiser grønnsaker, om alle har det bra, og om de ansatte lærer elevene om bordskikk. Ifølge svarene fra elevene har de ansatte ved begge skoler fokus på at barna spiser og at alle har det bra, men mindre fokus på hvilken mat som blir spist. Gjennomsnittet av elever ved begge skoler var verken enig eller uenig i at de voksne lærer dem bordskikk. I intervjuene ved kontrollskolen nevnte noen elevene at læreren passer på at de spiser, og at de ikke snakker sammen under lese- og skjermtid.

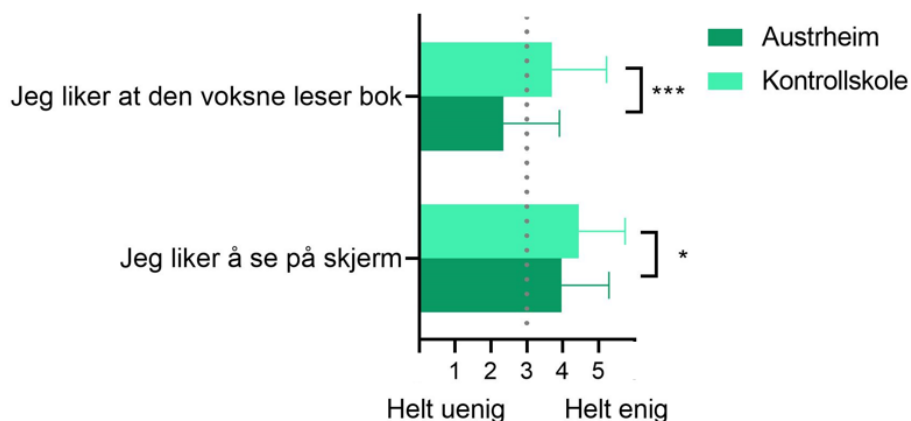


Figur 8. Svar på spørsmål om rollen til de ansatte under skolemåltidet fra elever ved Austrheim skole (n = 88) og kontrollskole (n = 49). Gjennomsnitt med standardavvik er vist. Likert-skala gikk helt uenig (1) til helt enig (5), der nøytral (verken/eller) er markert med grå stiplede linje. Signifikant forskjellig verdier er bestemt ved Student's t-test, *p < 0.05, ***p < 0.001.

3.2.5. Elevers oppfatninger av aktiviteter under skolemåltidet

Mens måltidet på Austrheim skole hadde fokus på sosiale interaksjoner mellom elever og mellom elever og ansatte, gjennomførte kontrollskolen aktiviteter som skjerm og høytlesning i skolemåltidet. Det var derfor interessant å sammenligne oppfatningene av disse aktivitetene på de to skolene. Forskjellen mellom skolene var størst på spørsmålet om elevene liker at den voksne leser bok (Fig. 9). Gjennomsnittet av elevene fra kontrollskolen var enig i påstanden, mens elevene fra Austrheim var uenig. Også når det gjaldt å like å se på skjerm var Austrheim

signifikant mindre enig i påstanden enn kontrollskolen.



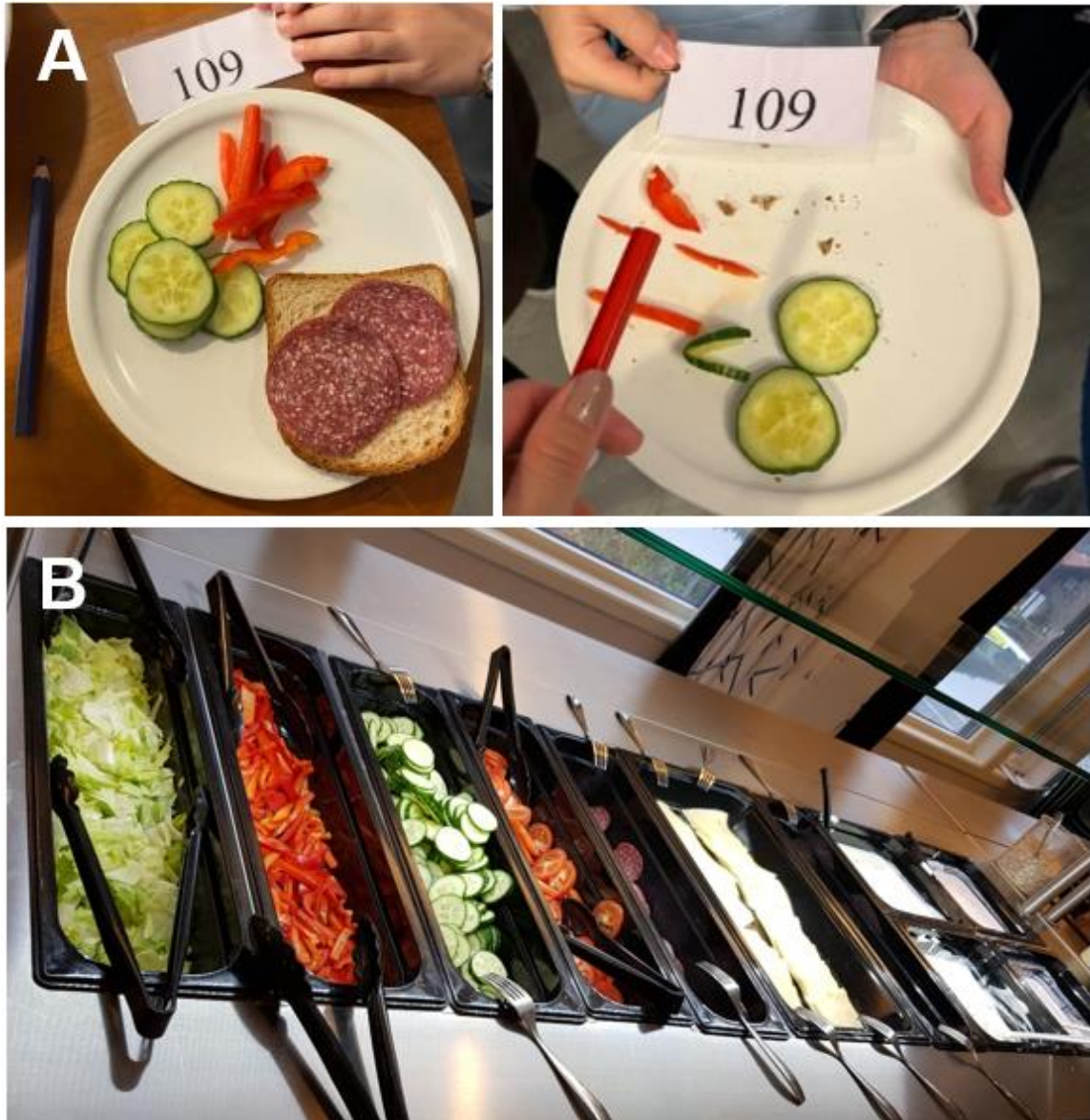
Figur 9. Svar på spørsmål om aktiviteter under skolemåltidet fra elever ved Austrheim skole (n = 88) og kontrollskole (n = 49). Gjennomsnitt med standardavvik er vist. Likert-skala gikk helt uenig (1) til helt enig (5), der nøytral (verken/eller) er markert med grå stiplede linje. Signifikant forskjellig verdier er bestemt ved Student's t-test, *p < 0.05, ***p < 0.001.

De fleste elevene fra Austrheim skole som deltok i intervjuene ønsket ikke å se på skjerm, og selv om dette kan skyldes at bildet som skulle illustrere skjermbruk var litt mindre innbydende enn de andre bildene, reflekterte de rundt at dette kunne bli ensomt: «fordi [med skjerm] har man ingen å snakke med. For eksempel i maten når det ikke er kantine». De fleste mente at å se på skjerm og lese bok var kjedelig, siden de da ikke fikk prate med vennene sine. På kontrollskolen svarte derimot mange elever «se på skjerm» når de fikk spørsmål om hva de liker best av å se på skjerm, å lese bok eller å snakke sammen under skolemåltidet. De innrømte likevel at hva de fikk se på var avgjørende for om det var gøy eller kjedelig.

3.3. Elevers kosthold under skolemåltidet

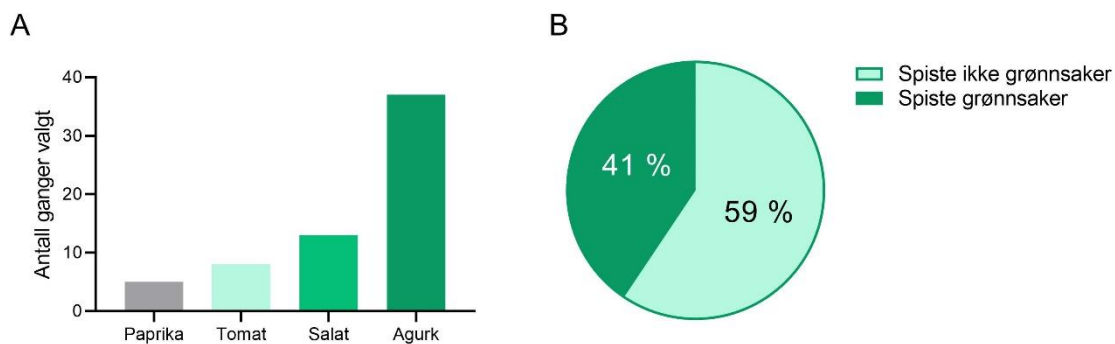
3.3.1. Kostregistrering i et skolemåltid med servering av brød og pålegg

Under kostregistreringen ble det tatt bilde av tallerkenene til 106 elever fra 3. og 4. trinn, av 114 som var til stede den dagen (se eksempel, Fig. 10A). Ut ifra våre observasjoner var det ingen elever som ikke forsynte seg med mat. I analysen ble det fokusert på inntak av grønnsaker og fisk. I buffeen kunne elevene velge mellom agurk, paprika, salat og tomat (Fig. 10B), og porsjonspakninger med kaviar og makrell i tomat var plassert til slutt i serveringsdisken i løse beholdere.



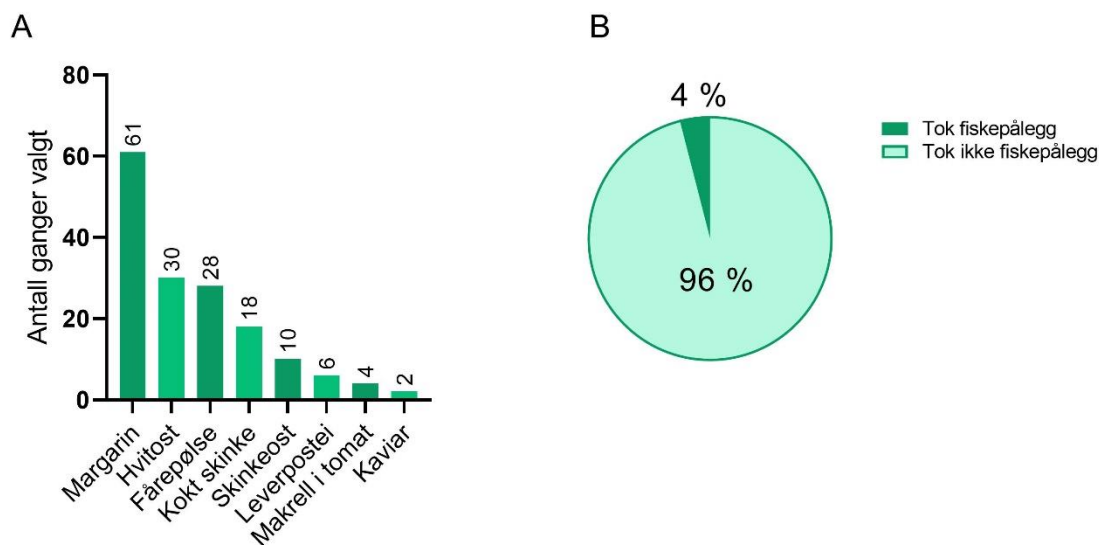
Figur 10. Eksempel på før og etter bilder av elevenes tallerkener (A), og oversiktsbilde av deler av serveringsdisken på Austrheim skole (B) dagen for kostregistrering.

Det var 37 barn som forsynte seg med den mest populære grønnsaken, agurk (Fig. 11A), mens færre forsynte seg med salat, tomat og paprika. I alt 41 % av elevene spiste grønnsaker under smørelunsjen (Fig. 11B).



Figur 11. Tall fra kostregistrering ved en smørelunsj på Austrheim skole. Antall elever som valgte grønnsaker fra buffeten, $n = 106$ (A), og prosent elever som spiste grønnsaker vs. ikke spiste grønnsaker (B). Bare grønnsaker som ble spist er registrert.

Flertallet av elever forsynte seg med margarin (58 %), og hvitost (28 %) og fårepølse (26 %) var de nest mest populære påleggene (Fig. 12A). Av fiskepåleggene var makrell i tomat og kaviar tilgjengelig, og bare 4 % av elevene valgte å spise fiskepålegg denne smørelunsjdagen (Fig. 12B).

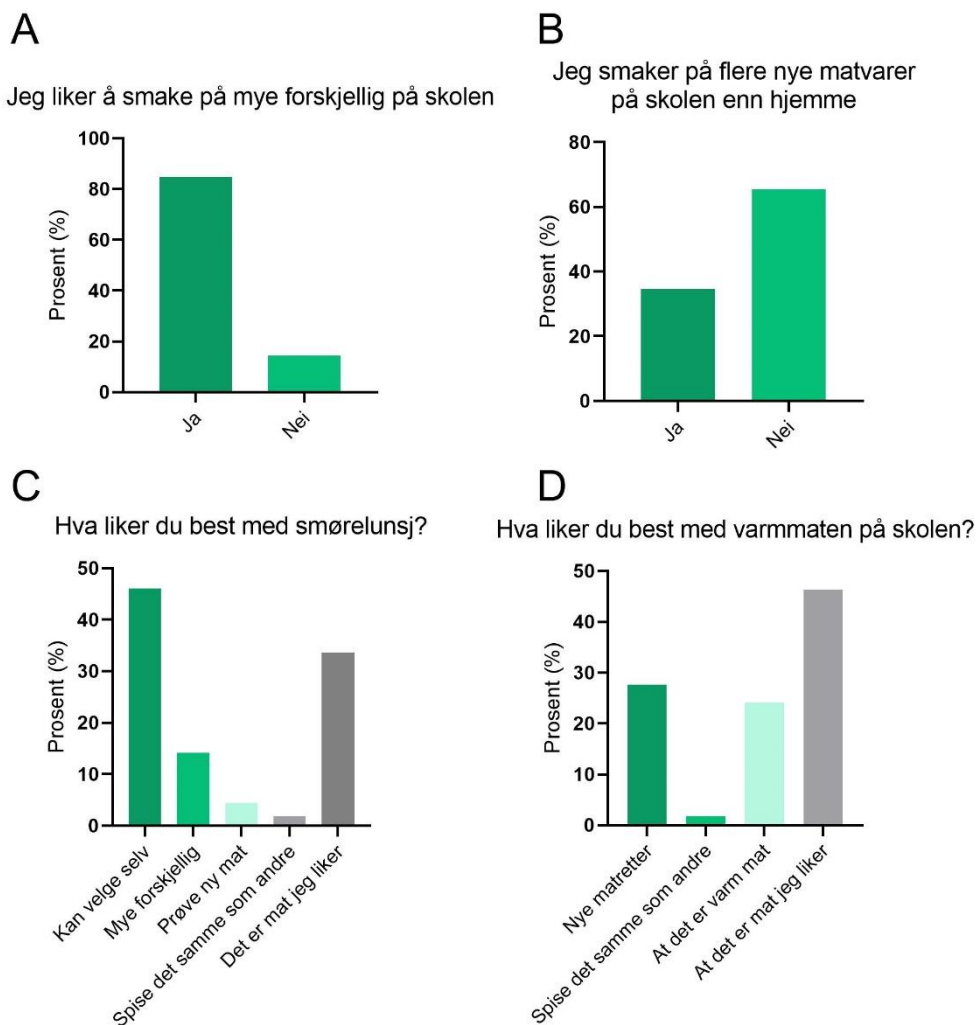


Figur 12. Tall fra kostregistrering ved en lunsj på Austrheim skole. Antall elever som valgte de aktuelle påleggene fra buffeten, $n = 106$ (A), og prosent elever som spiste fiskepålegg vs. ikke spiste fiskepålegg (B). Bare pålegg som ble spist er registrert.

3.3.2. Elevers holdninger til kosthold og mattilbud

Ut ifra svar på spørreskjema likte 87 % av elevene godt å smake mye forskjellig på skolen (Fig. 13A), og 35 % smakte på flere nye ting på skolen enn hjemme (Fig. 13B). Å kunne velge selv var det elevene likte best med smørelunsjen, og å

få mat de liker var viktig både i smørelunsjen og spesielt i varmlunsjen (Fig. 13C og D). Mens variasjon og å prøve nye matretter var noe mange likte, var det mindre viktig for elevene å spise det samme som andre.



Figur 13. Elever sine svar på spørsmål om smak og hva de liker ved skolemåltidet i heldagsskolen (A-D), n = 116.

Selv om det ikke kom frem i spørreskjemaet, ble det å slippe å bli misunnelig på andre sin mat, og å få spise det samme som andre trukket frem som en positiv side ved en felles lunsj i intervjuene: «Det er gøy når du da får maten, da får på en måte alle det samme. Da trenger ikke noen å friste andre med at de har mellombar, eller noe sånn». I funnene kom det frem at noen likte at de ikke alltid visste hva de fikk til lunsj før de kom til kantinen, og gledet seg til lunsjpausen. En av elevene poengterte dette ved å si:

“Det er jo gøy å være i kantinen, fordi vi tar ikke med mat, vi bare spiser. Vi slipper å streve med å finne mat, og kjøpe mat ... også er det gøy fordi man ikke alltid vet hvilken mat man får.”

Spesielt var varmlunsj i stor grad preget av positiv respons. Flere av elevene påpekte at de likte at det ble servert mer forskjellig mat og nye matretter disse dagene sammenlignet med når det er smørelunsj. Smørelunsjen var mindre populær sammenlignet med varmlunsj. Dette kom frem blant annet gjennom: “Det er fordi da får man liksom ... kald mat ... da får vi alltid det samme, men når vi får varmmat da får vi av og til forskjellig varmmat”. Det som hovedsakelig ble trukket frem som negativt hos elevene var at smørelunsjen i lengden kunne bli kjedelig, da det ofte var det samme som ble servert hver gang.

I intervjuet kom det frem at noen av elevene valgte å ha med seg matpakke hjemmefra og hadde det som et supplement til maten de fikk servert på skolen. Hovedgrunnen til det var at noen av elevene opplevde at de ikke ble ordentlig mett slik at det holdt hele dagen. En av elevene presiserte dette ved å si: “Jeg skulle ønske det var to måltider hver dag og at hvert varte i 30 minutter, og at det var varmmat den ene gangen og kaldmat den andre gangen”.

3.4. Foresattes holdninger til skolemåltidene

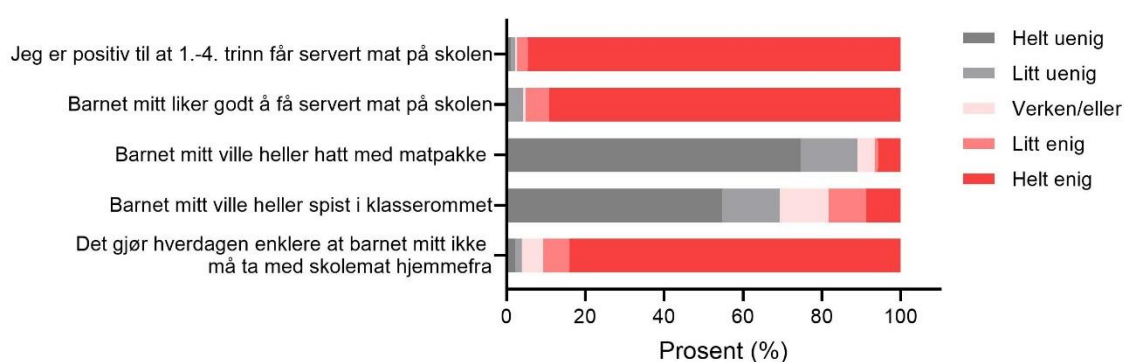
Alle foresatte til elever på 1.-4. trinn mottok det elektroniske spørreskjemaet om måltid i heldagsskolen, og 185 personer (43,3 %) svarte på hele eller deler av undersøkelsen (Tabell 2). Det var en jevn fordeling av svar fra foresatte til elever på de ulike klassetrinnene.

Tabell 2. Oversikt over foresatte til elever på 1. – 4. trinn som har svart på deler av eller hele spørreundersøkelsen

	Antall foresatte, n (%)
Totalt	185 (100)
Første trinn	49 (27)
Andre trinn	41 (22)
Tredje trinn	51 (28)
Fjerde trinn	44 (24)

3.4.1. Foresattes holdninger til organiseringen av skolemåltidene

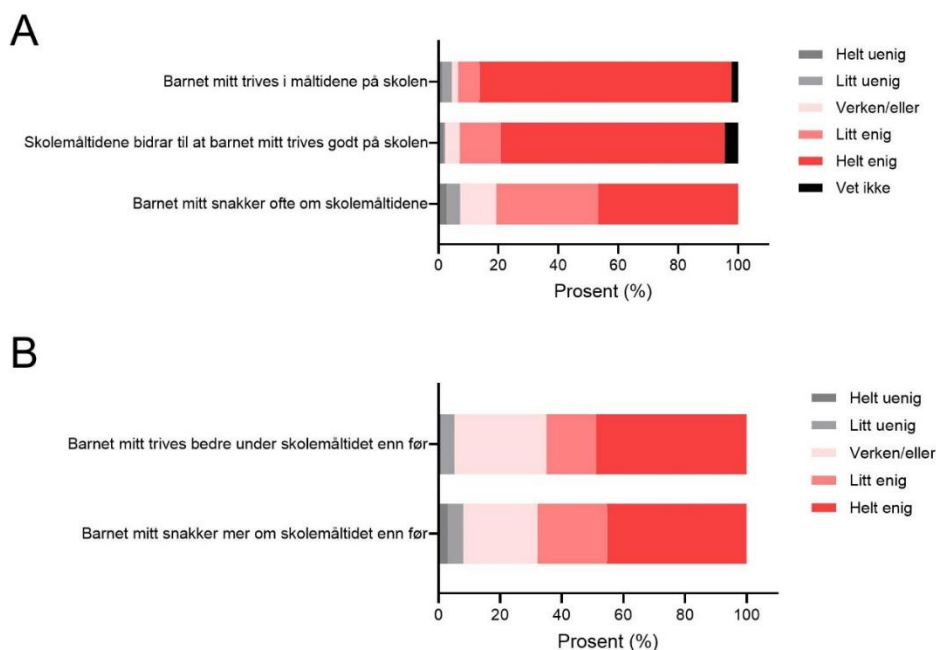
Et stort flertall av foresatte var positive til at barnet får servert mat på skolen (97,3 % helt eller litt enig, Fig. 14). Flertallet var også helt eller litt enig i at barnet deres liker godt å få servert mat på skolen (95,1 %). Av foreldre til barn som hadde opplevd både gammel og ny måltidsordning var bare 6,6 % enig i at barnet heller ville hatt med egen matpakke. Det var likevel 18,3 % som var enig i at barnet deres heller ville spist i klasserommet enn i et felleslokale. Alle foresatte svarte på påstanden om at «Det gjør hverdagen enklere at barnet mitt ikke må ta med skolemat hjemmefra», og 90,6 % var enig i denne påstanden.



Figur 14. Foresatte til elever på 1. -4. trinn sine svar på spørsmål om organiseringen av skolemåltidene (n = 185-182), med unntak av spørsmål 3 og 4 fra toppen, som bare ble besvart av foresatte på 2.-4. trinn som svarte bekreftende på at barnet gikk på skolen året før (n = 137).

3.4.2. Foresattes holdning til om skolemåltidet kan påvirke barnas trivsel

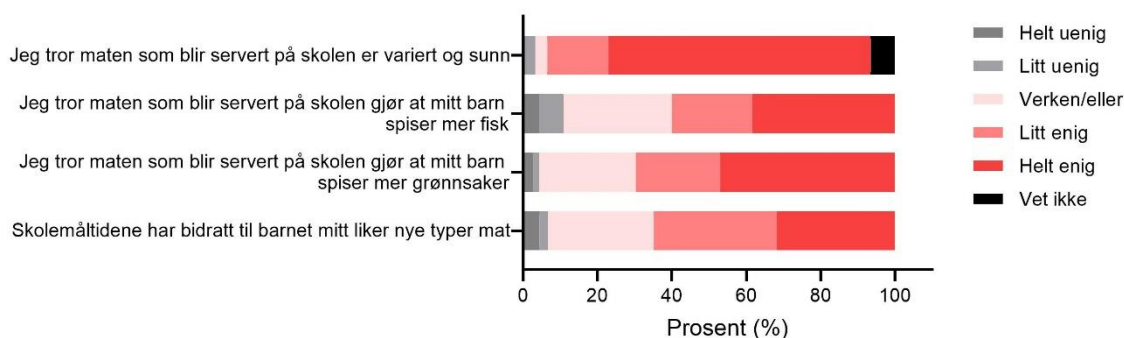
86,9 % av de foresatte var enig i at barnet deres trives i måltidene på skolen, og 88,5 % mente at skolemåltidene bidrar til at barnet deres trives godt på skolen (Fig. 15A). Det at barna forteller om skolemåltid hjemme kan si noe om hvor opptatt de er av aktiviteten, og 80,8 % var enig i at barnet deres ofte snakker om skolemåltidene. Flertallet av foresatte til barn som hadde matpakkeordning et år tidligere var enig i at barna trives bedre underskolemåltidet nå enn tidligere (65 %), og at barna snakker mer om skolemåltidene nå enn før (67,9 %, Fig. 15B).



Figur 15. Svar fra foresatte til elever på 1. -4. trinn på spørsmål om trivsel og skolemiljø, n = 182-183 (A) og svar fra foresatte til elever på 2. – 4. trinn om trivsel ved nåværende skolemåltidsordning sammenlignet med tidligere matpakkeordning, n = 137 (B).

3.4.3. Foresattes holdninger til om skolemåltidet kan påvirke barnas kosthold

86,9 % av de foresatte var enig i påstanden «Jeg tror at maten som blir servert på skolen er variert og sunn» (Fig. 16). Flertallet trodde også at maten som blir servert på skolen gjør at barnet spiser mer fisk (60 %) og grønnsaker (69,7 %). De foresatte var også i stor grad enig i at skolemåltidene har bidratt til at barnet deres liker nye typer mat (64,8 %).



Figur 16. Foresatte sine svar på spørsmål om kosthold, n = 182-185.

3.5. Ansattes erfaringer med skolemåltidene

Av de ansatte som mottok spørreundersøkelsen var det 64 % som svarte på deler av, og 40 % som svarte på hele undersøkelsen. Svarene var fordelt mellom pedagogisk ansatte (heretter kalt lærere) og miljøarbeidere/annet (heretter kalt miljøarbeidere, Tabell 3), og av de som svarte på hele undersøkelsen var fordelingen 50 % lærere og 50 % miljøarbeidere. Fordelingen av svar fra ansatte på 1.-2. trinn og 3.-4. trinn var jevn, men flere miljøarbeidere arbeidet på 3.-4. trinn enn 1.-2. trinn. Uttalelser fra kokk og rektor blir brukt for å utdype svarene fra de andre ansatte.

Alle lærere deltok i gjennomføringen av skolemåltidene, mens bare 7.6 % deltok i planlegging eller evaluering. Av miljøarbeiderne var 16.7 % involvert i planlegging og evaluering, mens 22.2 % ikke deltok i måltidsaktiviteter. Det er viktig å merke seg at 40 % av de ansatte mener at de ikke har fått komme med innspill til skolemåltidene, mens 13.3 % har valgt å ikke gi innspill. 70 % av lærerne var med på måltid i heldagsskolen 3-5 dager i uken, mens flertallet av miljøarbeiderne (35 %) deltok 1-2 ganger i uken.

Det var en signifikant forskjell mellom lærere og miljøarbeidere i kjennskap til både retningslinjer for mat og måltid i skolen, og kapittelet om mat og måltid i rammeplanen for SFO. Dette kan skyldes at rammeplanen for SFO er ny, og at ansatte på SFO dermed har større generell kjennskap til mat og måltid i skolen, som er et viktig område i rammeplanen. Tilsvarende var gjennomsnittet av lærere enig i at det trengs bedre retningslinjer for ansatte i mat og måltidsarbeid i skolen, mens miljøarbeidere ikke er enig i denne påstanden (Tabell 3). Samtidig var det bare 50 % av lærerne som faktisk ønsker kompetanseheving innen mat og måltid i skolen.

Tabell 3. Oversikt over ansatte som har svart på deler av eller hele spørreundersøkelsen om måltid i heldagsskolen 1. – 4. trinn

	Totalt	Lærer	Miljø- arbeider	Annet
Ansatte, antall (%)	32 (100)	13 (40,6)	16 (50,0)	3 (9,4)
Hvilket trinn jobber du på? %				
1. – 2. trinn	32,5	46,2	38,9	
3. – 4. trinn	45,5	53,9	61,1	

Hva er din rolle i måltidet. %			
Gjennomføring og planlegging	12,9	7,6	16,7
Bare gjennomføring	74,2	92,3	61,1
Ikke involvert	9,4	0	22,2
Har du fått komme med innspill? %			
Ja	46,7	53,9	41,2
Ja, men ikke gitt innspill	13,3	7,7	17,7
Nei	40	38,5	41,2
Hvor ofte deltar du i skolelunsjen? %			
Sjelden/aldri	13,3	0	23,5
1-3 ganger i mnd	6,7	0	11,8
1-2 ganger i uken	33,3	30,8	35,3
3-5 ganger i uken	46,7	70,2	29,4
Kjenner du til innholdet i retningslinjer for mat og måltid i skolen? (gjennomsnitt \pm SD) ^{1,2}	2,7 \pm 1,2	2,3 \pm 1,1	3,0 \pm 1,1*
Kjenner du til innholdet i rammeplan for SFO, mat og måltid? (gjennomsnitt \pm SD) ^{1,2}	2,5 \pm 1,3	1,6 \pm 0,5	3,4 \pm 0,9*
Det trengs bedre retningslinjer for ansvarsområdet til de ansatte under lunsjen (gjennomsnitt \pm SD) ^{1,2}	3,3 \pm 1,0	3,8 \pm 0,6	2,8 \pm 1,1*
Ønsker du kompetanseheving innen mat og måltid i skolen? (%) ²			
Ja	55,0	50,0	60,0
Nei	45,0	50,0	40,0

¹ Gjennomsnitt med standardavvik (SD) av svar på Likert skala der 1 = helt uenig, 2 = litt enig, 3 = verken/eller, 4 = litt enig, 5 = helt enig. Student's t-test for sammenligning av lærere vs miljøarbeider/annet, *p > 0.05.

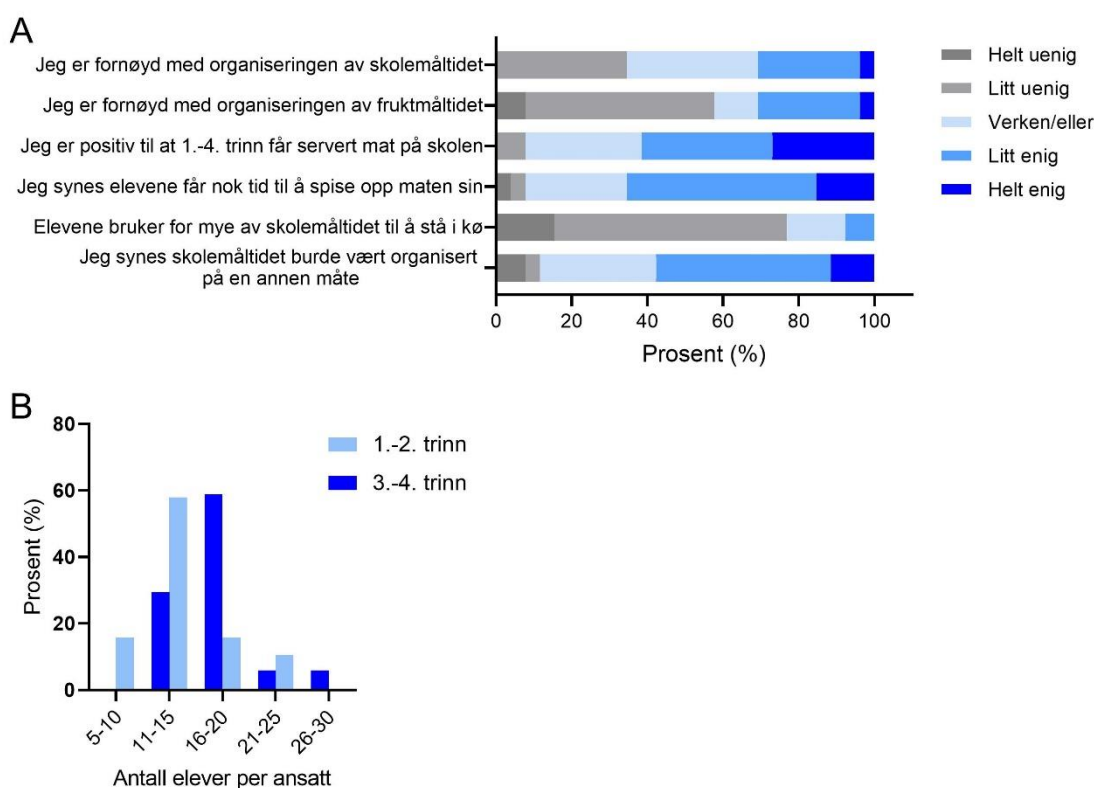
² Totalt, n = 20; pedagogisk ansatt, n = 10; miljøarbeider/annet, n = 10.

3.5.1. Ansattes holdninger til organiseringen av skolemåltidene

Svarene fra spørreundersøkelsen viste at bare 31 % av de ansatte var fornøyd med organiseringen av skolemåltidet og fruktmåltidet slik den var ved tidspunktet for undersøkelsen (Fig. 17A). Derimot var 62 % positive til at 1.-4. trinn får

servert mat på skolen, 65 % mente at elevene får nok tid til å spise, og 77 % mente at de ikke bruker for mye tid til å stå i kø. Det var ingen signifikant forskjell på svarene fra lærere og miljøarbeidere når det gjelder organisering av måltidene, med unntak av fruktmåltidet, der gjennomsnittet av miljøarbeiderne var enig i at de var fornøyde med fruktmåltidet, mens de pedagogisk ansatte var uenig ($p < 0.001$, data ikke vist). Totalt var 58 % av de ansatte enig i påstanden om at skolemåltidet burde være organisert på en annen måte (Fig. 17A).

Av ansatte som var tilknyttet 1.-2. trinn mente de fleste at en voksen per 11-15 barn er ideelt under skolemåltidet, mens blant ansatte på 3.-4. trinn ønsket 28 % seg en ansatt pr 11-15 barn og 59 % en ansatt pr 16-20 barn (Fig. 17B).



Figur 17. Svar på spørsmål om organisering av skolemåltid i heldagsskolen fra ansatte ved Austrheim skole, $n = 26$ (A), og hvor mange antall elever det ideelt bør være pr ansatt i spisesalen for 1.-2. trinn, $n = 19$, og 3.-4. trinn, $n = 17$ (B).

På åpne spørsmål mente de ansatte at det fungerer bra at elevene forsyner seg selv, med litt hjelp ved behov. De sa også at det er tydelig at elevene koser seg med maten, at tilbudet er godt, og at mange spiser godt og variert. De mente også at elevene har gode interaksjoner med hverandre og med kokken. Enkelte aspekter ved organiseringen, som at 1. trinn går til spisesalen litt tidligere enn 2. trinn og det dermed blir mindre kø, blir også trukket fram som fordeler. Flere

bemerket at det er viktig å ha nok voksne per bord, og en pedagogisk ansatt mente at det er en forutsetning også for gode sosiale interaksjoner: «Da er det mulig å sitte å ha gode samtaler med elevene. Både om folkeskikk, interesser og hobbyer, og om maten.» Også i intervju med kokken kom det frem at buffeordningen så ut til å fungere bra for barna. Kokken så et potensial i mer lærerinvolvering under lunsjmåltidet, som å hjelpe til i bufféen og å snakke med barna om mat.

Støynivået var ifølge flere en utfordring ved felles lunsj i et stort lokale. Slik organiseringen av skolemåltidet var når evalueringen skjedde, mente mange av de ansatte at de var for få voksne til å regulere lydnivået på bordene. De ansatte så problemet med at flere ansatte per bord kunne føre til at det blir for få ansatte ute i friminuttet, slik timeplanen er lagt opp. Forflytning til et annet lokale, og dårlig utstyrt garderobe bidro også til støy og uro: «Dette gjør kantine-situasjonen til et masete innslag i skoledagen sammenlignet med matpakke i klasserommet». Noen mulige løsninger som ble skissert var flere ansatte per bord, bedre garderobefasiliteter, færre elever per bord og tydeligere prosedyrer ved avslutning av måltidet.

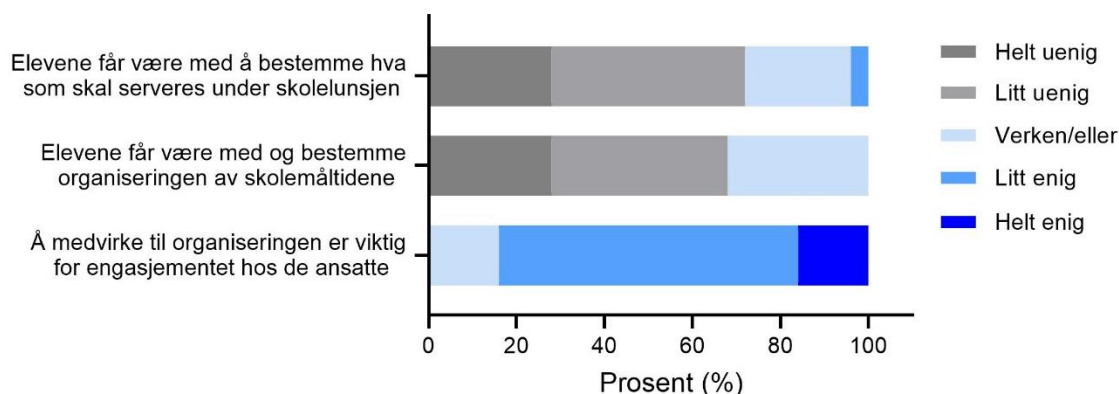
Også kokken kommenterte utfordringen med at det blir mye mer bråk når det er for få lærere til stede, og dette gjaldt 3.-4. trinn med ordningen de hadde nå: «Normalt satt det en lærer per bord, men nå er det ikke det lenger, det er bare en lærer på to bord. Du har litt mindre kontroll og det er mye mer bråk, og barna sitter ikke så lenge». Rektor kommenterte i intervju at man kanskje vil gå tilbake til ordningen med flere voksne til stede, eller til ordningen med å ikke blande klassetrinn, da begge disse ordningene så ut til å føre til mer støy. Ifølge rektor har det vært et bevisst valg å prøve ut ulike ordninger for organiseringen av lunsjmåltidet for å vurdere hva som fungerer best.

Kostnader og skolemiljø og relasjoner mellom elevene var viktige faktorer for valget av felles måltid i kantine, selv om rektor påpekte at det krever en del organisering. Rektor fortalte at ulike organiseringer, og antall voksne per bord, har vært forsøkt, og at det er mulig de bør gå tilbake til flere ansatte i lunsjen også på 3.-4. trinn. «Vi hadde veldig tro på blanding på tvers av trinn og klasser, men vi ser at enten må vi dekke opp med flere voksne eller så [kan vi bare blande] på tvers av klassene på trinn.» I etterkant av datainnsamlingen ble skillevegger satt opp i kantinen for å redusere problemet med støy.

3.5.2. Ansattes erfaringer om medvirkning i skolemåltidene

Hele 72 % av de ansatte var helt eller litt uenig i at elevene får være med å bestemme hva som skal serveres, og 68 % var uenig i at elevene får være med

å bestemme organiseringen av skolemåltidene (Fig. 18). 84 % var enig i at å medvirke til organiseringen av skolemåltidene i heldagsskolen er viktig for engasjementet for ordningen hos de ansatte.



Figur 18. Ansatte sine svar på spørsmål om medvirkning i organisering av skolemåltidene, n= 25.

I intervju med kokken kom det frem at alle kunne komme med innspill til menyvalget, og at kokken kommuniserte med barna om hva de liker. Det var likevel kokken som bestemte menyen.

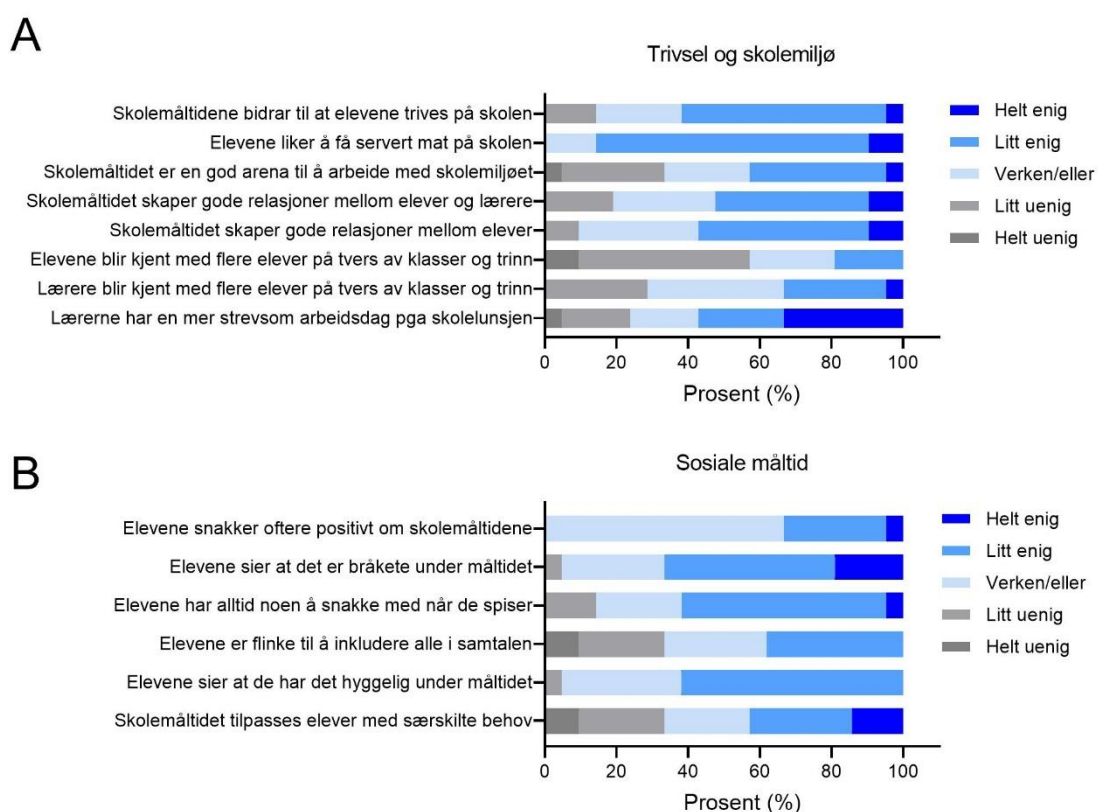
På åpne svar om medvirkning var enkelte lærere klare på at de synes de medvirket nok ved å ha ansvar for bord, organisere rullering av rydding og lage til fruktmåltid. Flere av de ansatte var opptatt av tiden som går med til skolemåltidet, og dette kan være en medvirkende årsak til at flere mener at de ikke i stor nok grad blir hørt. Dette samsvarer med kommentarer fra intervju med rektor, om at lærerne tror at skolemåltidet er bra for elevene og bra for skoledagen og trivselen, men at de heller vil tilbake til den gamle ordningen fordi det krever mindre tid fra dem.

3.5.3. Ansattes holdninger til om skolemåltidet kan påvirke trivsel og bidra til sosiale interaksjoner

Ansatte var enig i at skolemåltidene bidrar til at elevene trives på skolen (62 %) og at elevene liker å få servert mat på skolen (86 %, Fig. 19A). Derimot var under halvparten (43 %) enig i at skolemåltidene er en god arena til å arbeide med skolemiljøet, og et lite flertall mente at måltidene er med på å skape gode relasjoner mellom elever og lærere (52 %), og mellom elever (57 %). I motsetning til elevuttalelser i gruppeintervju, var få ansatte enig i at elevene blir kjent på tvers av klasser og trinn (19 %) og at lærerne blir kjent med elever i andre klasser og trinn (33 %). Spesielt lærerne var uenig i disse to påstandene, mens miljøarbeidere var hhv. nøytrale eller enig.

Et viktig resultat er at hele 57 % av de ansatte mente at lærerne har en mer strevsom arbeidsdag når de må delta i skolemåltidet (Fig. 19A), noe som potensielt kan påvirke de generelle holdningene til skolemåltidet. Det var spesielt lærerne som var enig i denne påstanden (gjennomsnitt \pm SD; $4,3 \pm 1,0$) mens gjennomsnittssvaret for miljøarbeiderne var nøytralt ($3,0 \pm 1,1$, $p = 0.016$).

Ingen var uenig i at elevene oftere snakker positivt om skolemåltidet etter innføringen av heldagsskolen (Fig. 19B). De ansatte var også enige i at elevene sier at det er for mye støy under måltidet (67 %, Fig. 19B). De ansatte mente at elevene alltid har noen å snakke med under måltidene (62 %), er flinke til å inkludere alle i samtalen (38 %), og sier at de har det hyggelig under måltidet (62 %). 43 % var enig i at skolemåltidet tilpasses elever med særskilt behov.



Figur 19. Ansatte sine svar på spørsmål om generell trivsel og skolemiljø (A) og sosiale måltid og måltidstrivsel (B), $n = 21$.

Som nevnt under organisering, mente flere lærere at elevene har gode interaksjoner under skolemåltidet og trivdes godt i kantina. På åpne spørsmål om trivsel ble det i tillegg til dette poengtert at flere elever klager på lydnivået: «også de som er med på å lage bråket selv.». For lærerne var skolemåltidet en hektisk stund med mange oppgaver, som inkluderte å passe på at alle har det bra og var inkludert, og «snakke med elever som er urolige og finner på tull». For å lage

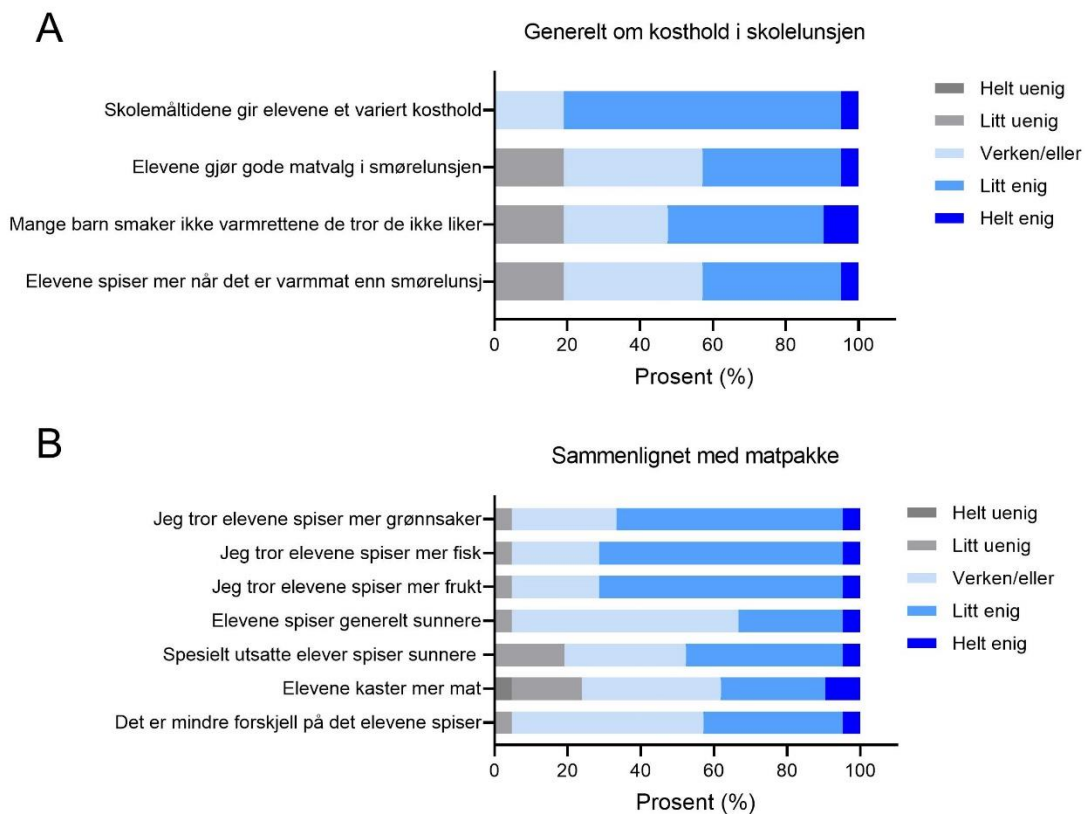
trygge omgivelser for elevene mente de ansatte at alle bør få noen kjente å sitte sammen med, og at klassene ikke burde bli blandet i for stor grad. Dette mente de var spesielt viktig for de stille elevene, som kanskje ville trivdes best i klasserommet.

Både fra intervju med kokken og med rektor kom det fram at de prøver ut forskjellige varianter for blanding av klasser eller trinn i kantinen. Ifølge kokken er ideen at elevene blir kjent med barn fra andre klasser, og som tidligere nevnt trakk også elevene frem dette poenget i gruppeintervju. Dette samsvarer med rektors kommentar om at det å bli kjent med flere elever utover din egen klasse og bli kjent med flere voksne utover din egen klasse skaper trygghet i skolemiljøet. Rektor tror også at når kokken sender ut menyen i forkant er det et lystbetont moment i skolehverdagen. Ifølge rektor er det sosiale aspektet av måltidet det viktigste elevene får med seg: «Det som gjør den største forskjellen er det at de får sitte sammen og øve på å ha et måltid sammen med andre, prate og være sosial, og at alle skal ha et ansvar for at det blir et hyggelig måltid.»

3.5.4. De ansattes holdninger til om skolemåltidene kan påvirke elevers kosthold

De ansatte var enig i at skolemåltidene gir elevene et variert kosthold (81 %), og 43 % mente også at elevene gjør gode matvalg i smørelunsjen (Fig. 20A). Samtidig har de inntrykk av at mange barn ikke smaker på varmrettene dersom de tror de ikke liker dem (52 % enig), og 43 % er enig i at elevene spiser mer når det er varmmat enn smørelunsj.

De ansatte var enig i påstand om at maten i heldagsskolen gjør at elevene spiser mer grønnsaker (67 %), fisk (71 %) og frukt (71 %) sammenlignet med tidligere matpakkeordning (Fig. 20B). De var derimot mer usikre på om elevene generelt spiser sunnere (33 % enig), og om utsatte elever spiser sunnere (48 % enig). Det var et mindretall som var enig i at elevene kaster mer mat (38 %), og det var også mindre enn halvparten som var enig i at det er mindre forskjell på hva elevene spiser (43 %).



Figur 20. Ansatte sine svar på spørsmål om elevers generelle kosthold etter innføring av gratis skolemåltid (A), og gratis skolemåltid sammenlignet med matpakke tatt med hjemmefra (B), n = 21.

På åpne spørsmål om kosthold sier en pedagogisk ansatt det slik:

«Jeg har inntrykk av at de elevene som hadde varierte og sunne matpakker med seg før vi fikk kantine er de som spiser mest grønnsaker og varm mat. De elevene som hadde mest usunne matpakker med lite grønt, er de elevene som er reddest for å smake på nye ting.»

Flere av de pedagogisk ansatte nevnte at det er nødvendig å utfordre elevene til å smake på nye matvarer, men at de har blandet suksess med det på grunn av svært rigide kostvaner hos mange av elevene. Også kokken kommenterte i intervju at man må stå ved buffeen og oppfordre elevene til å prøve nye typer mat. I intervju med kokken kom det frem at det kan være et problem å få elevene til å spise grønnsaker, og dette gjaldt også hvis grønnsakene var blandet inn i maten. Kokken erfarte at mange elever ikke ville spise lasagne eller spagettisaus der man kan se grønnsakene. Trikket var da å mose eller blende grønnsakene. Ifølge kokken er det viktig å tenke helhet når man skal ha et kjøkken:

“Du kan ikke bare si at du vil ha et kjøkken, en som lager mat, og så er alt bra. Du må jobbe med alt sammen. Mat på skolen er ikke bare det at barna skal spise. Du må også tenke på at de må lære å spise. Så du må lære dem å prøve forskjellige ting”.

Ifølge kokken kan man servere mat som er uvant for elevene, men det krever at det er voksne til stede som motiverer elevene til å prøve. Det kan ta mye tid før et barn starter med å spise uvant mat. Kokken tror at elevene er fornøyde med å ha buffet der de kan spise det de vil, men at det kan føre til at de ikke prøver andre matvarer. Rektor kommenterte imidlertid i intervju at sammenlignet med smøremåltid i klasserommene under pandemien spiser elevene mer mat og mer variert i kantinen når de kan velge selv. Rektor mente også at selv om matpakkene elevene hadde med seg før prøveprosjektet var av god kvalitet, smaker elevene på mer ny mat og blir utfordret på flere nye smaker i felleslunsjen.

4. OPPSUMMERING OG DISKUSJON

I denne rapporten har vi evaluert erfaringer fra Austrheim skole i Haugesund kommune, som har gjennomført et pilotprosjekt med heldagsskole blant elever fra 1. til 4. trinn for å fremme læring gjennom økt fysisk aktivitet, næringsrik mat og et godt skolemiljø. Evalueringen hentet inn erfaringer fra elever på 3. og 4. trinn, foreldre, ansatte og ledelse. Hovedfunn i evalueringen innebærer holdninger til organisering av måltidet, trivsel blant elevene, elevmedbestemmelse og kosthold, og enkelte aspekter blir sammenlignet med funn fra kontrollskolen som har matpakkeordning.

4.1. Organisering av måltidet

Ved Austrheim skole viste undersøkelsen at over halvparten av elevene (63 %) liker å få servert mat på skolen, og de fleste er fornøyde med skolemåltidet som det er i dag. Et svært stort flertall av foresatte som deltok i undersøkelsen var positive til at barnet deres får servert mat på skolen, og var enige i at det gjør hverdagen enklere når barna ikke trenger å ta med mat hjemmefra. Matvaner hos barn henger tett sammen med holdninger og matvaner hos foresatte (Mahmood et al., 2021), og det er derfor viktig at foresatte har en positiv holdning til servering av gratis skolemåltid (Everitt et al., 2023), noe som i høy grad er oppnådd i dette prøveprosjektet. Blant de ansatte var imidlertid bare 31 % fornøyde med organiseringen av skolemåltidet, selv om 62 % var positive til at elevene fikk servert mat på skolen. Både elever og ansatte nevnte kø som en ulempe med organiseringen, og lærerne var også opptatt av garderobe-forholdene, der en liten garderobe var en flaskehals som førte til kø før og etter lunsjavviklingen.

Observasjonen tydet på at selve serveringen skjedde på en effektiv måte og at tiden elevene hadde til å spise fulgte nasjonale anbefalinger på minimum 20 minutter. Likevel mente bare 65 % av de ansatte at elevene fikk nok tid til å spise, og tilsvarende tall for elevene var 72 %. Mange i denne aldergruppen trenger trening i å konsentrere seg om å spise opp maten sin i løpet av skolemåltidet. En oversiktsstudie viste til at kortere spisetid går ut over matinntaket, inkludert mengde melk og grønnsaker spist, med størst effekt på inntak av frukt (Cohen et al., 2016). Selv om både Austrheim og kontrollskolen fulgte nasjonale anbefalinger observerte vi at enkelte elever måtte sitte lenger enn avsatt tid. Det var signifikant flere elever på kontrollskolen som mente at de ikke hadde nok tid å spise opp. Det kan skyldes at aktiviteter som skjermbruk distraherer elever fra å spise.

Observasjoner av felles spisesal avslørte også et høyt støynivå, spesielt under lunsjen til 3. og 4. trinn, der det var færre ansatte til stede enn under lunsjen til 1. og 2. trinn. Som rektor påpekte er organiseringen av måltidet en utfordring når skolen ikke har egen kantine, og flere justeringer er gjort underveis. I etterkant av datainnsamlingen ble for eksempel skillevegger satt opp i kantinen for å redusere støy-problemet. Resultatene fra evalueringen viser at det tar lang tid for en ny måltidsordning å sette seg, og det er viktig å ta hensyn til erfaringene underveis og tilpasse gjennomføring av måltidene. En aktiv prosjektgruppe som møtes jevnlig, og evalueringer og temadager for ansatte underveis, har gjort at skolen raskt kan justere måltids-organiseringen etter innspill fra ansatte og elever.

4.2. Trivsel i skolemåltidet

Av elevene ved Austrheim skole var 84 % enig i at de trives med klassen sin når de spiser, signifikant høyere enn ved kontrollskolen som hadde med seg matpakke. 70 % av elevene ved Austrheim mente likevel at det var for mye støy under skolemåltidet. Elevene på kontrollskolen, der det ikke var lagt til rette for å snakke sammen under skolemåltidet, var signifikant mindre enig i at de alltid hadde noen å snakke med, og de var også mindre enig i at de likte å snakke under skolemåltidet. Tilsvarende var det mindre ønske om å se på skjerm under måltidet blant elevene på Austrheim skole sammenlignet med kontrollskolen. Dette tyder på at et felles måltid som fremmer mulighetene elevene har til å prate sammen også kan påvirke holdningene til å bruke lunsjen til sosiale aktiviteter.

Blant foreldrene var det 81 % som mente at barnet deres ofte snakket om skolemåltidene og at elevene trives bedre under skolemåltidet nå enn tidligere. Av de ansatte ved Austrheim skole var over halvparten enige (62 %) i at skolemåltidene bidrar til at elevene trives på skolen, mens 86% mente at elevene liker å få servert mat på skolen. Et av skolens mål ved å innføre et felles måltid var at elever skal bli mer trygge av å bli kjent med lærere og elever fra andre klasser og trinn. I intervju kom det frem at elevene satte pris på dette. De ansatte var derimot opptatt av at mindre blanding av klasser gjorde støysituasjonen bedre og var bedre for de utrygge elevene. Blanding av klasser i måltidet kan bidra til at nye sosiale bånd oppstår, men dette krever tiltak i form av nok ansatte til stede så det ikke reduserer trygghetsfølelse for de usikre elevene. Hele 57 % av lærerne mente at de har en mer strevsom arbeidsdag når de må delta på skolemåltidet. For gjennomføringen av lunsjen ville det vært en stor fordel at flere ansatte var til stede, men dette kan være utfordrende å få til i praksis. Til tross for egne blandede følelser for skolemåltidet, var det ingen av de ansatte som var uenige i at elevene oftere snakket positivt om skolemåltidet etter innføring av

heldagsskole. Totalt sett var både elever, foresatte og ansatte enige i at skolemåltidet bidro til trivsel hos elevene ved Austrheim skole.

Det er viktig å se på helheten og at både elever og ansatte trives med skolemåltidet. Selv om mange tiltak er gjort for å involvere de ansatte underveis i prosjektet, var det likevel 40 % som mente at de ikke hadde fått gitt innspill. Funnene tyder på at til tross for muligheter til medvirkning, er det en risiko at ansatte føler lite eierskap til en ordning som fører til endringer i arbeidshverdagen.

4.3. Elevmedbestemmelse

Elevene ved Austrheim skole var mer enig i at de fikk snakke under skolemåltidet enn elevene ved kontrollskolen. Elevene ved Austrheim var også mer enige i at de fikk velge selv hva de ville spise under skolemåltidet sammenlignet med kontrollskolen. Det var veldig viktig for elevene ved Austrheim skole å kunne velge selv både hvem de sitter sammen med og hva de spiser. Dette stemmer overens med studie om norske 5.klassinger sine holdninger til skolemåltidet i form av medbrakt matpakke (ProMeal), der hovedfunnet var at elevene ønsket å bestemme selv hvor de skulle sitte, og at det var viktig å kunne prate og være sosial med medelever (Fossgard et al., 2019). De mente også at skolemåltidet var for voksenstyrt (Fossgard et al., 2019).

72 % av de de ansatte var helt eller litt uenige i at elevene fikk være med på å bestemme hva som skulle serveres, og 68 % var uenig i at eleven fikk være med på å bestemme organiseringen av skolemåltidene. Dette tyder på at selv om elevene ikke får bestemme hva som skal serveres under smørelunsjen er de likevel fornøyde med at de får velge selv hva de forsyner seg med. Elevene følte selv relativt stor grad av medbestemmelse, og nevnte også at de kan komme med innspill til hvem de vil sitte med når det er nye bordplasseringer. Kokken nevnte også at elever kan komme med innspill til meny.

En dansk studie har vist at elevmedbestemmelse i arbeid med skolemåltid kan være positivt både for kunnskap om mat og kosthold, og vilje til å smake på nye retter (Ruge et al., 2016), noe som indikerer at elevenes involvering i prosessen med hva som serveres på skolen og organisering bør vurderes ved videre arbeid med skolemåltidet.

4.4. Matvalg i smøremåltidet

I analysen av kostregistreringen, ble det fokusert på inntak av fisk og grønnsaker. Totalt 41 % av elevene forsynte seg med grønnsaker under

skolemåltidet, og agurk var grønnsaken som var mest populær. Funn fra norske undersøkelser har vist et generelt lavt inntak av grønnsaker blant skoleelever, lavere enn det som er rapportert fra Austrheim (Forskningsrådet, 2019; Handeland et al., 2016; Hansen et al., 2016). Det er likevel viktig å påvirke elevene til å velge grønnsaker for å få fullt utbytte av det eksisterende mattilbudet, og dermed utjevne ulikheter i kosthold.

Flere tidligere studier viser et for lavt inntak av fisk blant barn og unge (Hansen et al., 2016; Nilsen, 2018), og ifølge funnene ved Austrheim skole var det bare 4 % av elevene som spiste fiskepålegg i smørelunsjen, der valget stod mellom kaviar og makrell i tomat. Både foreldre og ansatte mente derimot at serveringen av gratis skolemat økte inntaket av fisk. En av årsakene til diskrepansen kan være at foreldre og ansatte tok varmmåltidet med i beregningen. Det er fra før kjent at innholdet av fisk i matpakker er svært lavt (Forskningsrådet, 2019), og servering av varme fiskemåltider i skolen vil dermed kunne gi en økning i fiskeinntak dersom elevene faktisk spiser måltidene. Likevel viser våre funn fra kostregistreringen at potensialet i smørelunsjen ikke blir utnyttet. Både påvirkningsarbeid og endring av plassering av matvarene i serveringsdisken kan bidra til å øke inntaket av fisk ytterligere.

5. KONKLUSJON

Funnene i evalueringen tyder på at et felles, gratis skolemåltid er positivt for skolemiljøet og kan fremmer sosiale interaksjoner. Elevene sine spisevaner tar tid å endre, og innføring av nye måltidsformer krever aktiv medvirkning fra de ansatte. Samtidig er 1.-4. trinn en avgjørende aldersgruppe der dette påvirkningsarbeidet kan ha stor effekt. Både for måltidstrivsel og kosthold viste evalueringen at det er viktig å ha nok personale til stede i måltidene, også for å kunne påvirke til gode matvalg og utfordre elevene til å prøve nye smaker. Evalueringen viser at å innføre en ny måltidsordning tar tid, og det er viktig å være tilpasningsdyktig, lydhør for innspill og at alle parter er endringsvillige. Det er behov for flere studier av langtidseffekter av gratis skolemat.

6. REFERANSER

- Andersen, R., Biloft-Jensen, A., Christensen, T., Andersen, E. W., Ege, M., Thorsen, A. V., Dalskov, S. M., Damsgaard, C. T., Astrup, A., Michaelsen, K. F., & Tetens, I. (2014). Dietary effects of introducing school meals based on the New Nordic Diet - a randomised controlled trial in Danish children. The OPUS School Meal Study. *Br J Nutr*, *111*(11), 1967-1976. <https://doi.org/10.1017/S0007114514000634>
- Bjørndal, B., Fossgard, E., & Aadland, E. K. (2020). Matpakkelunsj, smørelunsj eller varmlunsj? Ungdomsskoleelevers erfaringer og oppfatninger av ulike skolemåltidsordninger. Høgskulen på Vestlandet.
- Cohen, J. F. W., Hecht, A. A., McLoughlin, G. M., Turner, L., & Schwartz, M. B. (2021). Universal School Meals and Associations with Student Participation, Attendance, Academic Performance, Diet Quality, Food Security, and Body Mass Index: A Systematic Review. *Nutrients*, *13*(3), 911. <https://www.mdpi.com/2072-6643/13/3/911>
- Cohen, J. F. W., Jahn, J. L., Richardson, S., Cluggish, S. A., Parker, E., & Rimm, E. B. (2016). Amount of Time to Eat Lunch Is Associated with Children's Selection and Consumption of School Meal Entrée, Fruits, Vegetables, and Milk. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, *116*(1), 123-128. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jand.2015.07.019>
- Everitt, T., Ward, S., Martin, W., & Engler-Stringer, R. (2023). Factors contributing to school food program acceptance: a Review of Canadian literature. *Health Promot Int*, *38*(1). <https://doi.org/10.1093/heapro/daac160>
- Forskningsrådet. (2019). *Forskningskampanjen 2018 - Sjekk skolematen*. Forskningsrådet & Nettverk for Miljølære. <https://www.miljolare.no/aktiviteter/skolematen/rapport>
- Fossgard, E., Wergedahl, H., Bjørkkjær, T., & Holthe, A. (2019). School lunch—Children's space or teachers' governmentality?: A study of 11-year olds' experiences with and perceptions of packed lunches and lunch breaks in Norwegian primary schools. *International Journal of Consumer Studies*, *43*(2), 218-226. <https://doi.org/10.1111/ijcs.12501>
- Handeland, K., Kjellevoid, M., Wik Markhus, M., Eide Graff, I., Frøyland, L., Lie, Ø., Skotheim, S., Stormark, K. M., Dahl, L., & Øyen, J. (2016). A Diet Score Assessing Norwegian Adolescents' Adherence to Dietary Recommendations—Development and Test-Retest Reproducibility of the Score. *Nutrients*, *8*(8), 467. <https://www.mdpi.com/2072-6643/8/8/467>
- Hansen, L., Myhre, J., Johansen, A., Paulsen, M., & Andersen, L. (2016). UNGKOST 3 landsomfattende kostholdsundersøkelse blant elever i 4.-og 8. klasse i Norge. *Folkehelseinstituttet, Oslo, Norge*.
- Hovdenak, I. M., Bere, E., Selstø, A., & Helleve, A. (2023). Effekten av et gratis skolemåltiden - En kunnskapsoppsummering. Folkehelseinstituttet.
- Illøkken, K. E., Bere, E., Øverby, N. C., Høiland, R., Petersson, K. O., & Vik, F. N. (2017). Intervention study on school meal habits in Norwegian 10-12-year-old children.

- Scand J Public Health*, 45(5), 485-491.
<https://doi.org/10.1177/1403494817704108>
- Illøkken, K. E., Johannessen, B., Barker, M. E., Hardy-Johnson, P., Øverby, N. C., & Vik, F. N. (2021). Free school meals as an opportunity to target social equality, healthy eating, and school functioning: experiences from students and teachers in Norway. *Food & Nutrition Research*, 65, 1-13.
<https://doi.org/10.29219/fnr.v65.7702>
- Kolve, C. S., Helleve, A., & Bere, E. (2022). Gratis skolemat i ungdomsskolen - Nasjonal kartlegging av skolematorordninger og utprøving av en enkel modell med et varmt måltid. Folkehelseinstituttet.
- Mahmood, L., Flores-Barrantes, P., Moreno, L. A., Manios, Y., & Gonzalez-Gil, E. M. (2021). The Influence of Parental Dietary Behaviors and Practices on Children's Eating Habits. *Nutrients*, 13(4), 1138. <https://doi.org/10.3390/nu13041138>
- Musland, M. G., Vildmyren, I., Bakke, L., Bjørndal, B., Greffel, N., & Leversen, I. (2022). Erfaringer fra skolematorordninger i Norge. Høgskulen på Vestlandet.
- Nilsen, L. H. J. (2018). Barns inntak og oppfatninger om fisk og annen sjømat i skolemåltidet i Norge og Sverige. Høgskulen på Vestlandet.
- Ruge, D., Nielsen, M., Mikkelsen, B., & Bruun-Jensen, B. (2016). Examining participation in relation to students' development of health-related action competence in a school food setting. *Health Education*, 116, 69-85. <https://doi.org/10.1108/HE-08-2014-0087>
- Sabinsky, M. S., Toft, U., Sommer, H. M., & Tetens, I. (2019). Effect of implementing school meals compared with packed lunches on quality of dietary intake among children aged 7-13 years. *J Nutr Sci*, 8, e3. <https://doi.org/10.1017/jns.2018.29>
- Torgersen, M. G., & Wernersen, M. (2023). En tverrsnittstudie for å undersøke barns matvalg under et gratis skolemåltid. Masteroppgave. Høgskulen på Vestlandet. <https://hdl.handle.net/11250/3088764>
- Vik, F. N., Heslien, K. E. P., Van Lippevelde, W., & Overby, N. C. (2020). Effect of a free healthy school meal on fruit, vegetables and unhealthy snacks intake in Norwegian 10- to 12-year-old children. *BMC Public Health*, 20(1), 1369. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09470-2>
- Vik, F. N., Van Lippevelde, W., & Øverby, N. C. (2019). Free school meals as an approach to reduce health inequalities among 10–12- year-old Norwegian children. *BMC Public Health*, 19(1), 951. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7286-z>
- Vågnes, M. O. B. (2023). Elevers opplevelse av trivsel under skolemåltidet på 4.trinn – en sammenlignende kasusstudie av en skole med gratis fellesmåltid og en skole med medbrakt matpakke. Masteroppgave. Høgskulen på Vestlandet.