

Vil du vite hva som er til middag?

I AivoMenu kan du se bilde av hva som er dagens middag på sykehjemmet. Det er gratis å bruke, og du trenger ikke brukernavn eller passord.

Menyen finnes både som app og nettside:

- Last ned app'en AivoMenu til telefon eller nettbrett fra App Store eller Google Play
- Besøk nettsiden www.aivomenu.se

Velg Norsk som språk. Velg Lillestrøm under Alle kommuner. Trykk på Søk.

Velg dagen i dag, og du får mulighet til å klikke deg inn på dagens middag, suppe og dessert, samt se dagens tips.



Forebygging av underernæring

Vi jobber aktivt med å forebygge underernæring ved sykehjemmet. Alle beboerne får tilbud om å få gjennomført en ernæringscreening når de kommer til sykehjemmet, og deretter med jevne mellomrom. Dette innebærer at vi veier beboeren og går gjennom noen enkle spørsmål for å undersøke om beboeren er underernært eller i risiko for underernæring. Dersom vi ser at en beboer er i ernæringsmessig risiko, setter vi i gang individuelt tilpassede tiltak for å bedre ernæringsstatusen.

Mat fra pårørende

Dersom pårørende ønsker å ta med egen mat til en beboer, må følgende rutiner følges:

- Maten skal pakkes i plastposer og merkes med navn, dato og klokkeslett
- Middags- og lunsjretter må tilsvare en porsjon. Det er dessverre ikke mulighet for å ta med mat for flere dager

Kontakt oss gjerne!

Har du spørsmål om eller kommentarer til maten på sykehjemmet?

- Snakk med pleiepersonalet
- Send e-post til kjøkkenet:
middag@lillestrom.kommune.no

Maten på sykehjemmet



Til deg som bor på sykehjemmet eller er pårørende

Mattilbudet

Maten som serveres på sykehjemmet er i tråd med kostrådene fra Helsedirektoratet og retningslinjene i Kosthåndboken. Vi serverer energi- og næringstett mat, som er det som er anbefalt for dem som bor på sykehjem. Det vil si at maten inneholder litt mer kalorier, proteiner og fett per porsjon sammenliknet med det som anbefales til befolkningen for øvrig.



Middagene som serveres er kvalitetssikret av klinisk ernæringsfysiolog ved Avdeling for kjøkken og matomsorg, som også er rådgivende overfor de ansatte med tanke på god ernæring til beboerne i alle dagens måltider.

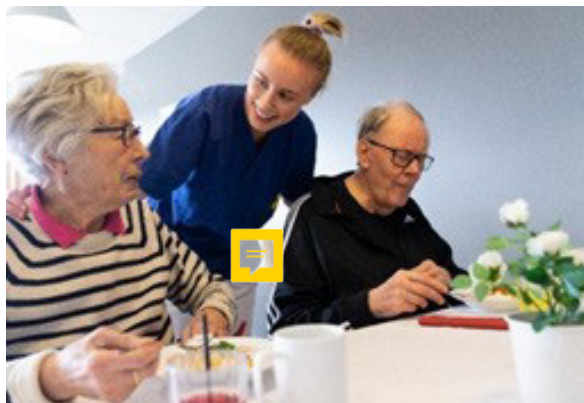
Vi har et godt utvalg av pålegg og tilbehør til brødmåltider, og forsøker så langt vi kan å strekke oss slik at alle skal få mat og drikke etter sine preferanser. Imidlertid må vi holde oss innenfor visse rammer når det gjelder innkjøp av mat- og drikkevarer. Er det spesielle ønsker som vi ikke kan skaffe, kan dette eventuelt medbringes av pårørende.

Som drikke tilbys i hovedsak vann, saft, melk og juice. I helgene kan vi tilby mineralvann til middag og/eller kveldskos. Vi tilbyr øl/vin til hyggelige anledninger.

Beboernes tilbakemeldinger på mattilbudet er viktige. Kjøkkenet oppfordrer avdelingene til å ukentlig fylle ut et skjema med tilbakemeldinger på middagene. Dette er verdifullt for kjøkkenet i arbeidet med å sette opp menyer.

Måltidsmiljø

Vi legger stor vekt på å ha hyggelige rammer rundt måltidene, og forsøker å gjøre dem til gode stunder for alle beboere. Det skal være rolig og hyggelig der maten serveres, og vi skal ha tid til å hjelpe dem som trenger det. Vi skal kjenne beboerne og deres behov og preferanser ved måltidene.



Måltidsrytme

Hver dag serveres det fire hovedmåltider:

- Frokost
- Lunsj
- Middag med forrett eller dessert
- Kveldsmat

I tillegg serveres det mellommåltider etter den enkeltes behov og ønske.



På sykehjemmene i Lillestrøm kommune serverer vi sen middag. Det vil si at middagen serveres i 16-tiden, og at beboerne får fire gode hovedmåltider fordelt utover dagen.

Det er anbefalt at det går kortere enn 11 timer mellom kveldsmat og frokost (nattfaste), og vi forsøker å tilstrebe at nattfasten er i tråd med anbefalingene.

Spesialkost

Vi tilbyr spesialkost etter behov, for eksempel mat tilpasset allergier eller behov for annen konsistens. Matallergi/-intoleranse bør være bekreftet av lege for å sikre at beboer ikke får unødvendige kostrestriksjoner.