SSU

Dagens viktigaste mål

Att införa kostnadsfri skolfrukost i svenska skolor

ISBN: 978-91-89117-41-9
Foto: Maskot/TT
Layout: Johan Resele

Dagens viktigaste mål

Att införa kostnadsfri skolfrukost i svenska skolor

Axel Lagergren Jernselius

SSU

tankesmedjan TIDEN

Sammanfattning

Decennier av svensk och internationell forskning belägger entydigt de positiva effekterna av avgiftsfria, näringsriktiga och universellt tillgängliga skolmåltider:

- Förbättrade studieresultat, både enligt kvantitativa och kvalitativa mätningar
- Förbättrad kognitiv förmåga och inlärningsförmåga
- Högre närvaro och fokus på skolarbetet
- Färre konflikter, mindre våld och droganvändning
- Bättre kostvanor, fysiskt och mental hälsa samt ökat allmänt välbefinnande
- Högre utbildningsnivå, livstidsinkomst och hälsa i vuxenlivet. De långsiktiga effekterna är så omfattande att de ger en mångdubbel ekonomisk samhällsvinst i förhållande till skolmåltidsverksamheten totala kostnader.

Studier visar också att detta gäller både skollunch och skolfrukost, även om forskningen kring lunchmåltider är mer omfattande.

Allt detta bidrar till förverkligandet av skollagens och läroplanernas yttersta mål och syften. De gynnsamma effekterna kommer alla elever till del, men är enligt forskningen särskilt betydande för elever med sämre socioekonomiska förutsättningar. Kopplingen mellan klasstillhörighet och kostvanor är mindre utpräglad i Sverige än i jämförbara länder tack vare våra lagstadgat kostnadsfria och högkvalitativa skolmåltiders kompensatoriska effekter.

Avgiftsfri skolfrukost utgör redan en del av denna nästan världsunika verksamhet, inte minst inom förskolan där frukost ofta ses som en självklarhet. Frukostservering är även relativt vanligt i förskoleklass och på lågstadiet, men oftast endast för de elever som deltar i fritidshemmets tidiga morgonverksamhet. Många kommuner och enskilda skolenheter driver även skolfrukostprojekt på mellanstadiet, högstadiet och i gymnasieskolan, men detta är ovanligare och uppfattas sällan som självklart. Det regelbundna frukostintaget minskar allteftersom eleverna blir äldre, vilket innebär att verksamheten är minst utbyggd där behoven kan sägas vara som störst.

Denna rapports mest grundläggande slutsats är sålunda att den svenska skolmåltidsverksamheten bör byggas ut till att även innefatta lagstadgat avgiftsfri och näringsriktig frukost åt alla elever - från förskolan till gymnasiet. Vårt befintliga system skapar redan en mångdubbel ekonomisk samhällsvinst i förhållande till sina egna kostnader. En sådan utvidgning av verksamheten bör därför inte ses som en

kostnad, utan som ett kraftfullt kompensatoriskt verktyg, en klok prioritering och en långsiktig samhällsinvestering - i våra barns och ungdomars lärande, hälsa och allsidiga utveckling.

Svenska erfarenheter och inte minst den amerikanska forskningen visar att skolfrukost till alla elever under skoltid (universal breakfast after the bell) är den modell som ger högst elevdeltagande, är mest likvärdig och minst trolig att skapa stigmatisering. Denna modell är mest omfattande och kräver ett fokuserat arbete för att garantera den lagstadgade undervisningstiden. Frukostservering innan skoltid (before the bell) tenderar att uppvisa betydligt lägre nivåer av deltagande, men är mindre resurskrävande och lättare att implementera.

En historisk tillbakablick visar att även vårt nuvarande system infördes stegvis under många decennier – från enskilda initiativ till full utbyggnad, från riktade statsbidrag till kommunalisering, från frivillighet till lagstiftning och från radikal reform till självklarhet. Vad gäller utbyggnaden av avgiftsfri skolfrukost är det därför värt att betona värdet av varje enskilt steg, pilotprojekt och initiativ, både på förvaltnings- och enhetsnivå. Detsamma gäller varje enskild medborgares, politikers och tjänstemans engagemang. Avgiftsfri och näringsriktig skolfrukost för alla barn och elever är redan ett mycket populärt förslag. Låt oss arbeta gemensamt för att göra skolfrukost till en självklarhet.

1 Inledning

”8 av 10 svenskar vill införa gratis skolfrukost”

”Hellre fler läroböcker än gratis skolfrukost”

”Nu inför vi skolfrukost i alla grundskolor – S i Botkyrka” [1]

Dessa rubriker vittnar både om en aktuell reformagenda och en pågående debatt inom den svenska skolan. Avgiftsfri skolfrukost är ett populärt förslag och olika lokala initiativ får medial uppmärksamhet sedan många år. I tider av minskad köpkraft och ökad fattigdom har frågan återigen lyfts på nationell nivå under 2023.[2]

Syftet med den här rapporten är att summera argumenten för och emot införande av avgiftsfri skolfrukost till alla elever i svensk skola. Detta inbegriper en sammanfattning av forskningslitteraturen kring skolfrukostens effekter samt behoven av sådana insatser i det svenska samhället. Rapporten innehåller även en genomgång av svensk och internationell beprövad erfarenhet och forskningslitteratur gällande den praktiska implementeringen av skolfrukost.

1 Malm, C. (2022); Expressen (2023); Socialdemokraterna i Botkyrka (2021)

2 Sveriges Radio (2023)

2 Effekter av avgiftsfri skolfrukost – En genomgång av forskningslitteraturen

2.1 Avgiftsfria skolmåltider och elevers utveckling, hälsa och studieresultat

Enligt Världshälsoorganisationen WHO bör politiska insatser riktade mot att förbättra befolkningens kostvanor ske i barndomen och i tonåren. Uppväxtåren utgör en särskilt känslig period då det fysiologiska behovet av näringsämnen är relativt högt i förhållande till energibehovet. Vidare understryker WHO att de matvanor och beteendemönster som formas under barndom och tonår lätt kan komma att prägla den resterande delen av livet. Enligt WHO visar forskning även att hälsosam och näringsriktig mat ökar barns och elevers välbefinnande samt förbättrar deras inlärningsförmåga vilket i sin tur leder till förbättrade studieresultat.[3] I detta sammanhang går det att belägga problematiska effekter både vid bristande kaloriintag och vid intag av kaloririk, men näringsfattig och ensidig kost.[4]

I Sverige serverades fattiga barn i vissa utvalda områden enkla skolmåltider redan under 1800-talets andra hälft. Verksamheten byggdes stegvis ut under 1900-talets början och från 1946 erbjöd regeringen ett statligt bidrag åt de kommuner som införde kostnadsfri lagad skolmat i grundskolan. Detta lade grunden för dagens skolmatsverksamhet då bidraget även kopplades till strikta krav gällande skollunchens näringssammansättning samt fokus på förbättrade matvanor, bordsskick, trivsel och hygien. Programmet skapades utifrån en jämlikhetssträvan samt farhågor gällande undernäring, bristande näringskunskap och ohälsosamma kostvanor inom den svenska befolkningen. Under 1960-talet upphörde de statliga bidragen och verksamheten kommunaliserades. Sedan 1970 finns skolmåltider i samtliga svenska kommuner och sedan 1997 är varje kommun enligt skollagen skyldiga att servera kostnadsfri skolmat till alla grundskoleelever. 2011 kompletterades lagstiftningen med kvalitetskrav på näringsriktighet.[5] I gymnasieskolan finns inget lagstadgat krav på att servera skolmåltider, även om de flesta skolor och kommuner väljer att göra det.[6]

3 World Health Organization (2006)
4 wilderresearch.org (2014)
5 Skolmatsverige.se (2023)
6 Skolverket (2021)

Sverige, Estland och Finland serverar avgiftsfri skolmat sedan lång tid tillbaka och är unika i världen med lagstadgade krav på kostnadsfria skolluncher. I grannländerna Danmark och Norge förväntas barn och elever ta med egna matpakker. I många länder, såsom Storbritannien och USA, erbjuds ofta kostnadsfria skolluncher, men traditionellt i form av riktade insatser till förmån för fattiga familjer.[7]

2021 publicerade forskare vid Lunds och Stockholms universitet en studie av de långsiktiga effekterna av skolmåltider. Studien fokuserar på införandet av skolluncher i Sverige mellan 1959 och 1969. Elever som tog del av skolmåltidsprogrammet under hela sin grundskoletid blev nästan 1 cm längre, hade längre utbildning och läste oftare vid universitet än elever utan tillgång till programmet. De gynnade eleverna uppvisade även en högre livstidsinkomst och effekten var särskilt stor bland elever från fattiga hushåll. Den sammanlagda vinsten i livstidsinkomst var nästan fyra gånger större än den totala kostnaden för programmet. Enligt forskarna visar studien att övergripande insatser för att tillhandahålla näringsriktiga skolmåltider kan betraktas som en långsiktig investering där varje satsad krona ger en mångdubbel samhällsvinst.[8] Studien bekräftar resultat från amerikansk forskning enligt vilken deltagande i skolmåltidsprogram mellan 1941 och 1956 kan kopplas till positiva effekter gällande långsiktig utbildningsnivå bland både män och kvinnor.[9]

Även Livsmedelsverket poängterar att daglig servering av skolmat är av särskild betydelse för barn som saknar tillgång till god och näringsrik kost i hemmet. Exempelvis tenderar elever vars föräldrar har kortare utbildning att äta mindre grönsaker hemma, men detta uppvägs av en jämnstor konsumtion av vegetabilier i skolan.[10]

2.2 Regelbundet frukostintag och elevers utveckling, hälsa och studieresultat

I en studie publicerad 2021 studerade kinesiska forskare effekterna av regelbundet frukostintag hos barn mellan sex och tolv års ålder. Studien visade en förhöjd kognitiv förmåga hos barn som äter frukost regelbundet.[11] WHO noterar också att barn med goda frukostvanor uppvisar en mer normal fysiologisk utveckling och mognad samt färre kroniska sjukdomar.[12]

Vidare har forskare vid University of Leeds visat att regelbundet frukostintag hos barn leder till förbättrat minne, uppmärksamhet och exekutiva funktioner samt förbättrade studieresultat och mer fokuserat arbete i klassrummet.[13] En senare studie genomförd av samma forskare visar även en tydlig korrelation mellan regelbundet frukostintag bland tonåringar och högre resultat på nationella

7 Larsson, L. (2021)
8 Lundborg, P., Rooth, D-O., & Alex-Petersen, J. (2022)
9 Hinrichs, P. (2010)
10 Livsmedelsverket (2021) s. 13
11 Liu, J., Wu, L., Um, P., Wang, J., Kral, T. V. E., Hanlon, A., & Shi, Z. (2021)
12 Tam, B. (2022)
13 Adolphus, K., Lawton, C. L., & Dye, L. (2013)

examensprov (General Certificate of Secondary Education). De positiva effekterna var mer betydande för elever med svag eller genomsnittlig socioekonomisk bakgrund.[14] En studie från University of Oklahoma publicerad 2020 jämförde olika skolor i Texas. På skolor som serverade avgiftsfri frukost uppvisade eleverna bättre studieresultat. Vidare förekom färre konflikter och slagsmål, mindre droganvändning och skolk på dessa enheter.[15] Servering av skolfrukost har enligt amerikansk forskning även kunnat kopplas till färre besök hos skolsyster samt förbättrad mental elevhälsa, inklusive minskad ångest, depression och beteendeproblematik.[16]

Ytterligare ett antal amerikanska studier från de senaste två decennierna[17] styrker att elever som deltar i skolfrukostprojekt har högre närvaro, bättre ordning och uppförande och framför allt bättre studieresultat (vilket visar sig i både kvantitativa och kvalitativa mätningar).

Vidare visar amerikansk forskning, exempelvis från skolfrukostprojekt i New York,[18] att insatser för att höja elevdeltagandet i frukostprojekten utgör en särskild framgångsfaktor. De positiva effekterna gällande närvaro, ordning och studieresultat var starkare när alla elever serverades avgiftsfri frukost under skoltid, ofta i klassrummet. Denna modell kallas ofta universal breakfast after the bell och framhävs som en best practice i amerikansk forskningslitteratur. Servering av frukost före skoltid leder ofta till ett betydligt lägre deltagande, inte minst bland äldre elever.

Ovanstående studier tydliggör även den kompensatoriska effekten av avgiftsfri skolfrukost. De flesta som arbetar inom skolan har säkert hört den specialpedagogiska käpphästen ”De insatser som är särskilt bra för vissa elever är ofta bra för alla.” Exempelvis kan hjälp att schematiskt planera och strukturera lektioner och skoldagar (vilket är ett exempel på en extra anpassning[19]) vara till gagn för samtliga elever. En sådan insats kan samtidigt vara av fullständigt avgörande betydelse för en elev med en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning. På samma sätt visar ovan nämnda studier att avgiftsfri och universellt tillgänglig skollunch och skolfrukost gynnar samtliga elever, men att effekterna är särskilt betydande för elever med svaga socioekonomiska grundförutsättningar, vilket både gäller allmänt välmående, hälsa, matvanor och studieresultat.

Avgiftsfri skolfrukost till alla elever finns endast på vissa svenska skolor, varierar i omfattning och drivs ofta i projektform under kortare perioder. Det finns ännu ingen specifik forskning att tillgå gällande effekter av gratis skolfrukost på nationell nivå i Sverige. Kritiker av avgiftsfri skolfrukost hänvisar ofta till nedlagda insatser, exempelvis pilotprojekt i kommuner som Kristinehamn[20], Trollhättan och Vingåker.[21] I dessa fall har frukosten serverats före skoltid, färre elever än väntat har kommit och man har inte kunnat visa på någon omedelbar effekt på studieresultaten.

I Vingåker var även kommunens ekonomiska situation och frukostens kostnader ett argument för nedläggning.[22]

---

14 Adolphus, K., Lawton, C. L., & Dye, L. (2019

15 Norwood, B (2020)

16 Bernstein, L. S., McLaughlin, J. E., Crepinsek, M. K., & Daft, L. M. (2004); Kleinman, R. E., Hall, S., Green, H., Korzec-Ramirez, D., Patton, K., Pagano, M. E., & Murphy, J. M. (2002); Murphy, J. M., Pagano, M. E., Nachmani, J., Sperling, P., Kane, S., & Kleinman, R. E. (1998)

17 Murphy, J. M. (2007); Basch, C. E. (2011); Frisvold, D. E. (2015)

18 Nutrition Consortium of NYS. (2005); Anzman-Frasca, S., Djang, H. C., Halmo, M. M., Dolan, P. R., & Economos, C. D. (2015); Imberman, S. A., & Kugler, A. D. (2014)

19 3 kap. 5 § skollagen

20 Barvå, H. (2023)

21 Expressen (2023)

22 Sveriges Television (2019

Dock visar uppföljningen av ett de mest ambitiösa svenska pilotprojekten, både gällande omfattning och uppföljning, tydligt positiva effekter. 2018 genomförde två högstadieskolor i Botkyrka tillsammans med Arla ett projekt där alla elever serverades frukost i klassrummet under första lektionen (enligt amerikansk terminologi universal breakfast after the bell). Enligt en undersökning genomförd av SIFO23 resulterade projektet i att

- 6 av 10 elever rapporterade att de kunde koncentrera sig bättre under skoldagen.
- 50 procent av eleverna upplevde att klassrumsmiljön var lugnare.
- 51procent av lärarna ansåg att eleverna hade god koncentrationsförmåga jämfört med 36procent före projektet.

23 Arla (2018)

3 Behov av avgiftsfri skolfrukost – En kartläggning av nuläget i Sverige

3.1. Svenska ungdomars kostvanor i dag kopplat till socioekonomiska faktorer

Enligt Livsmedelsverket[24] utgör matvanorna, efter tobak, den största riskfaktorn för ohälsa och förtida död i Sverige. Ohälsosamma kostvanor och resulterande folksjukdomar förekommer oftare i grupper med kortare utbildning och lägre inkomst. Livsstilsrelaterad ohälsa orsakar stora kostnader för samhälle och individ. Exempelvis kostar enbart fetma samhället uppskattningsvis 70 miljarder kronor per år. Matvanorna är till stor del en konsekvens av den omgivande miljön. Över tid har ohälsosam mat blivit mer lättillgänglig och genom marknadsföring ökat i attraktivitet. Sedan 1960 har svensk konsumtion av kött och godis fördubblats. Konsumtionen av läsk har fyrdubblats.

Svenska ungdomar äter för lite frukt och grönt samt för mycket rött kött, chark och salt. 17 procent av deras energiintag kommer från näringsfattiga livsmedel som till exempel godis, läsk, kakor och chips. Livsmedelsverkets kartläggning visar att svenska högstadieungdomar har goda förutsättningar att dagligen äta en näringsriktig lunch, men att skolmatsalarna ofta konkurrerar med ohälsosamma alternativ i närområdet. Enligt Folkhälsomyndigheten[25] äter en majoritet av skolbarnen frukost under veckan, men andelen har minskat något sedan millenniets början. Pojkar äter oftare frukost än flickor och det regelbundna frukostintaget minskar med stigande ålder – ett mönster som liknar andra nordiska länder. Enligt en undersökning genomförd av Arla tillsammans med Kantar Sifo och QuestBack under april och maj 2022 äter mer än var tredje elev (37 procent) inte frukost varje dag. På gymnasiet hoppar varannan elev över frukosten. Enligt undersökningen uppger deltagande elever att en god frukost förbättrar deras koncentrationsförmåga (59 procent) och allmänna humör (67 procent). Men många skippar trots detta morgonmålet, vilket enligt dem själva beror på att de inte har någon aptit på morgonen (62 procent), inte orkar (43 procent) eller inte har tid (25 procent).[26]

24 Livsmedelsverket (2021) s. 7-13
25 Folkhälsomyndigheten (2023)
26 Arla (2022)

Enligt Folkhälsomyndigheten anger svenska skolbarn visserligen att de äter mer hälsosamt än tidigare. Under 10 procent säger att de äter sötsaker och dricker läsk varje dag. Enligt Livsmedelsverket finns det samtidigt ett tydligt samband mellan socioekonomisk status och kostvanor i Sverige. Socioekonomisk status är ett annat ord för klasstillhörighet kopplat till utbildning, yrke, inkomst och socialt kapital. Skillnader gällande ungdomars intag av näringsämnen såsom fiber, D-vitamin, C-vitamin, järn, folat och jod kan kopplas till föräldrarnas klasstillhörighet. Livsmedelsverkets genomgång av forskningslitteraturen visar att familjer från socioekonomiskt starka geografiska områden uppvisar generellt hälsosammare matvanor. Deras barn konsumerar mindre läsk och godis och äter frukost mer regelbundet.

Livsmedelsverkets genomgång av forskningslitteraturen antyder dock även att sambandet mellan socioekonomisk status och matvanor är särskilt svagt i Sverige jämfört med andra europeiska länder.[27] Livsmedelsverkets samlade bedömning är att tillgång till näringsriktiga och kostnadsfria skolmåltider utjämnar de socialt betingade skillnaderna i matvanor, och därmed ojämlikheter gällande hälsa.[28] Både i sin kartläggning av ungdomars matvanor och i sina nationella riktlinjer för måltider i skolan anger Livsmedelsverket skolfrukost som ett i det sammanhanget potentiellt verkningsfullt kompensatoriskt verktyg.[29]

3.2. Avgiftsfri skolfrukost och skolans styrdokument

Skollagen stipulerar att elever i förskoleklass och grundskola ska erbjudas avgiftsfria och näringsriktiga skolmåltider.[30] I tolkningen av detta lagkrav inkluderas vanligtvis endast skollunch, samt i betydligt mindre utsträckning frukost och/eller mellanmål inom ramen för fritidshemmets verksamhet. Med utgångspunkt i sin kartläggningen av matutbudet i ungdomars vardag efterfrågar dock Livsmedelsverket utredningar och förtydliganden huruvida och i så fall på vilket sätt "kravet på näringsriktiga och kostnadsfria skolmåltider omfattar frukost, mellanmål och kafeterior i svenska skolor."[31]

Servering av avgiftsfri och näringsrik skolmat kan även kopplas till två av skolans mest centrala uppdrag – Det kompensatoriska uppdraget samt uppdraget att främja barns och elevers allsidiga personliga utveckling.

> *I utbildningen ska hänsyn tas till barns och elevers olika behov. Barn och elever ska ges stöd och stimulans så att de utvecklas så långt som möjligt. En strävan ska vara att uppväga skillnader i barnens och elevernas förutsättningar att tillgodogöra sig utbildningen.*[32]

27 Se Mattisson, I. (2016)
28 Livsmedelsverket (2022)
29 Livsmedelsverket (2021) s. 24
30 10 kap. 10 § skollagen
31 Livsmedelsverket (2021) s. 8
32 1 kap. 4 § skollagen

Lagtexten ovan kommer från kapitlet om själva syftet med utbildningen inom det svenska skolväsendet och sammanfattar det som kallas skolans kompensatoriska uppdrag. Skollagen och de olika läroplanerna beskriver på många olika sätt och i många olika sammanhang skolväsendets skyldighet att kompensera för barns och elevers varierande förutsättningar och utgångspositioner. Hit räknas exempelvis funktionsvariationer och socioekonomisk bakgrund.

Avseende detta kompensatoriska uppdrag lyfter Livsmedelsverket fram avgiftsfri och näringsrik skolmat som ett kraftfullt verktyg för att förverkliga lagens krav. Livsmedelsverket hänvisar i detta sammanhang även till skollagens krav på likvärdighet inom skolväsendet.[33][34] Forskningen som ligger till grund för denna rapport visar tydligt att vanan att äta frukost är kopplat till socioekonomisk bakgrund. Avgiftsfri skolfrukost har med andra potentialen att förstärka ett redan kraftfullt kompensatoriskt verktyg – i enlighet med skolans styrdokument och utbildningsväsendets syfte.

Skollagens kapitel om utbildningens syfte präglas även av ett holistiskt och livslångt perspektiv:

> *Utbildningen inom skolväsendet syftar till att barn och elever ska inhämta och utveckla kunskaper och värden. Den ska främja alla barns och elevers utveckling och lärande samt en livslång lust att lära … Utbildningen syftar också till att i samarbete med hemmen främja barns och elevers allsidiga personliga utveckling till aktiva, kreativa, kompetenta och ansvarskännande individer och medborgare.*[35]

Världshälsoorganisationen WHO understryker att livslånga kostvanor ofta präglas av beteendemönster i barndomen och ungdomsåren.[36] I främjandet av barns och elevers allsidiga personliga utveckling ingår därför främjandet av hälsosamma matvanor, vilket enligt Folkhälsomyndigheten inkluderar regelbundet frukostintag.[37]

3.3 Avgiftsfri skolfrukost inom det svenska skolväsendet i dag

Avgiftsfri frukost är redan en mycket vanlig företeelse inom det svenska skolväsendet. Inom förskolan är frukostservering visserligen inte en explicit lagstadgad skyldighet, men så pass vanligt förekommande att den ofta ses som självklar. Vidare är de lagstadgade kraven på god och trygg omsorg höga i förskolan[38] och frukostservering har ibland inkluderats i tolkningen av dessa krav.[39] Avsaknad av förskolefrukost leder lätt till skarpa reaktioner i medier och bland vårdnads-

33 Livsmedelsverket (2021) s. 13
34 1 kap. 9 § skollagen
35 1 kap. 4 § skollagen
36 World Health Organization (2006
37 Folkhälsomyndigheten (2023)
38 8 kap. 2 § skollage
39 Sveriges Television (2012)

havare.[40] Vidare är det vanligt att frukost serveras till barn i förskoleklass och lågstadiet inom ramen för fritidshemmets tidiga morgonverksamhet.[41] Av denna anledning är måltidspersonal och pedagoger i många kommuner redan vana att förbereda och servera näringsriktig frukost. En intressant detalj i sammanhanget är att införande av gratis skollunch och frukost ibland ses som en självklar enhet när avgiftsfri skolmat diskuteras i USA. Flera delstater, bland annat Minnesota, Missouri, Nebraska och New York, planerar och genomför just nu projekt för universella kostnadsfria skolmåltider där både frukost och lunch ingår.[42]

En komplett kartläggning av tillgången på frukost i svenska skolor är dock svår att genomföra. Införande av avgiftsfri frukost till alla elever drivs ofta i projektform, ibland inom hela kommunen, ibland på vissa skolor. Varje enskild skolenhet möjlighet att finansiera skolfrukost ur sin egen budget då det enligt skollagen är rektor och ingen annan som beslutar om skolenhetens inre organisation och fördelning av resurser.[43] Pilotprojekt kommer och går där både finansieringsmodell, regelbundenhet och tillgång varierar avsevärt.

2020 genomförde Livsmedelsverket en enkätundersökning för att kartlägga matutbudet i högstadie- och gymnasieungdomars vardag.[44] Ett nationellt representativt urval av 800 högstadie- och gymnasieskolor ingick i undersökningen. Kartläggningen visar bland annat att

- En tredjedel av gymnasieskolorna och en fjärdedel av högstadieskolorna erbjuder frukost till alla eller vissa av sina elever.
- Av dessa tar hälften av gymnasieskolorna och en tredjedel av högstadieskolorna betalt för frukosten och ungefär varannan genomför en bedömning av frukostens näringsriktighet.
- Vidare erbjuds frukost oftare på högstadieskolor med svaga socioekonomiska förutsättningar (38 procent) än på skolor med genomsnittliga eller starka socioekonomiska förutsättningar (21 respektive 17 procent).
- Att erbjuda frukost är mindre vanligt i mindre städer/tätorter och landsbygdskommuner.[45]

Enligt en opinionsundersökning genomförd av Novus i januari 2022 är åtta av tio svenskar positiva till införande av avgiftsfri skolfrukost. Mödrar i Mellansverige är mest positiva, medan unga män i storstäder är mest avvisande.[46] Enligt ovan nämnda undersökning från Arla tror 40 procent av eleverna att deras frukostvanor skulle förbättras om skolan serverade frukost.

40 Sveriges Television (2016)

41 Ett exempel är Botkyrka kommun, där införandet av frukost sågs som en utvidgning av den redan befintliga verksamheten. Nathalie Noboa, koststrateg Botkyrka kommun, intervju den 12 april 2023.

42 Butz, L. (2023)

43 2 kap. 10 § skollagen

44 Livsmedelsverket (2021)

45 Livsmedelsverket (2021) s. 24

46 Malm, C. (2022)

4 Implementering av avgiftsfri skolfrukost

4.1 Praktiska frågeställning och framgångsfaktorer

Ett antal enkla praktiska frågor ställer sig vid ett eventuellt införande av skolfrukost:

- När? Ska frukosten serveras före skoldagens början eller under lektionstid?
- Var? I vilka lokaler ska vi servera maten – i klassrummet eller i matsalen?
- Vem? Vilken personal ska förbereda och servera maten? Måltidspersonalen, den pedagogiska personalen eller någon annan?
- Och slutligen: Hur ska vi finansiera det? Vad kommer det att kosta?

Samtidigt ställer sig även en mer grundläggande fråga: Utifrån vilka riktlinjer, kvalitetsmått, målsättningar och principer ska vi ta ställning till dessa praktiska frågor? Finns det någon struktur vi kan luta oss emot?

Svenska skolor har i nuläget ingen explicit lagstadgad skyldighet att erbjuda skolfrukost, men skolfrukost är en skolmåltid och frukostservering utgör en del av den befintliga måltidsverksamheten. Sålunda omfattas den av Livsmedelsverkets nationella riktlinjer gällande skolmåltider. Dessa råd bygger på omfattande värdering av den samlade vetenskapen och på Livsmedelsverkets egna kostråd och innefattar även stöd kring måltidspedagogik (vilket framtagits i samverkan med Skolverket) samt råd för minskad miljöpåverkan.

För att hjälpa politiker och tjänstemän med övergripande ansvar för skolmaten listar Livsmedelsverket inom ramen för dessa riktlinjer fem grundläggande förutsättningar för goda måltider i skolan.[47] Dessa fem kan med fördel användas som vägledande principer vid planering och praktisk implementering av skolfrukost. För att inte uppfinna hjulet på nytt används därför dessa fem grundläggande förutsättningar som rubriker för att strukturera det här kapitlet, om än i något omkastad ordning.

47 Livsmedelsverket (2019) s. 9

Fem grundförutsättningar för bra måltider i skolan[48]

För dig som har övergripande ansvar för måltiderna i skolan

Fokusera på matgästen

Det finns ingen universallösning för alla elever. Utgå från elevernas erfarenheter, intressen, behov och åsikter och ta till vara deras tankar och idéer. Det är viktigt att lyssna på och involvera eleverna. Låt verksamheten genomsyras av flexibilitet.

Satsa på kunskap och kompetens

Skapa en verksamhet som lockar till sig kompetent och engagerad personal – det kan göra stor skillnad. Alla som arbetar med eller nära måltiden behöver kunskap om vad som kännetecknar en bra måltid och vilken roll ju de har.

Se till helheten – använd måltidsmodellen

En måltid är mycket mer än maten på tallriken. Måltidsmodellen ger ett helhetsperspektiv på bra måltider och kan användas såväl planering som uppföljning av måltiderna i skolan.

Tydliggör ansvaret och möjliggör samarbete

Bra måltider kräver en organisation med tydligt mandat att driva utvecklingen framåt och som möjliggör dialog och samarbete mellan olika yrkesprofessioner.

Sätt upp mål, prioritera måltiden och fråga efter resultaten

Fastställda mål kring måltiderna är viktiga för att skapa en gemensam målbild för alla inblandade kring såväl upphandling, tillagning, servering som konsumtion. Följ kontinuerligt upp och utvärdera måltidernas kvalitet och hur mycket eleverna äter för att säkerställa att måltiderna uppskattas och hamnar i magen.

48 Livsmedelsverket (2019) s. 9

4.1.1 Fokusera på matgästen

Livsmedelsverket betonar att det inte finns någon universallösning för alla elever. Det finns alltså inget facit för ovanstående praktiska frågeställningar. När, var och vem måste bero på elevgruppens, skolenhetens och kommunens specifika förutsättningar och behov.

I de uppmärksammade fall där svenska frukostprojekt lagts ned har bristande elevdeltagande ofta angivits som det grundläggande problemet. Amerikanska organisationer som arbetar för införande av avgiftsfria skolmåltider, har liknande erfarenheter och har utvecklat ett antal best practices:[49]

- Avgiftsfri frukost, tillgänglig för alla elever (*universal breakfast*) bidrar till att minska stigmat kopplat till fattigdom och särskilt behov av skolfrukost. Det tenderar att öka deltagandet och skapar färre administrativa kostnader.
- Ytterligare en rekommendation är att frukost serveras under undervisningstiden (*after the bell*). Detta ökar deltagandet och minskar risken för stigmatisering. Det hjälper även elever som annars inte hinner äta och gör frukosten mer lättillgänglig. Vidare är det vanligt att elever anländer vid väldigt olika tider på grund av olika färdmedel (buss, skoltaxi, föräldrarnas bil, tåg, cykel eller till fots) samt avstånd mellan skola och hem. Med tanke på detta erbjuder endast universal breakfast after the bell en helt likvärdig modell.
- Frukosten kan serveras direkt i klassrummet under första lektionen. Denna mer omfattande *after the bell*-metod är dock ovanlig i Sverige. Botkyrka kommun använde sig av modellen under sitt pilotprojekt på två högstadieskolor under 2018. Deltagandet uppgick då till cirka 80 procent av eleverna. Kommunen ansåg dock att modellen var alltför omfattande och kostsam för att användas när man skulle införa avgiftsfri skolfrukost på alla kommunala skolor.[50] Sedan 2022 använder man sig i stället av en modell med frukostservering i matsalen före skoltid. I januari 2023 låg elevdeltagandet på i genomsnitt 9 procent.
- Frukosten kan även serveras något senare under dagen (second chance breakfast), till exempel under en tidig rast. Högstadie- och gymnasieelever är ofta trötta på morgonen och sen ankomst är vanligare än i lägre åldrar. Som vi såg ovan anger även många ungdomar att de inte är hungriga riktigt tidigt på morgonen. Vissa skolor i Botkyrka kommun har delvis valt denna lösning genom att hålla sin frukostservering öppen längre.[51]

Tidpunkten för servering är av avgörande betydelse vid införande av skolfrukost, både vad gäller den praktiska implementeringen samt projektets omfattning och resultat. Frukost kan serveras före skoldagens början. Då behöver ingen hänsyn tas till elevernas reglerade undervisningstid. Den totala undervisningstiden, längden på skoldagen samt timplanerna för respektive ämne regleras i skollagen och skolförordningen. Dessa tider varierar beroende på skolform (grundskolan,

49 Till exempel Hunger Solutions New York och Food Research & Action Centers (FRAC). Hunger Solutions New York (2023)

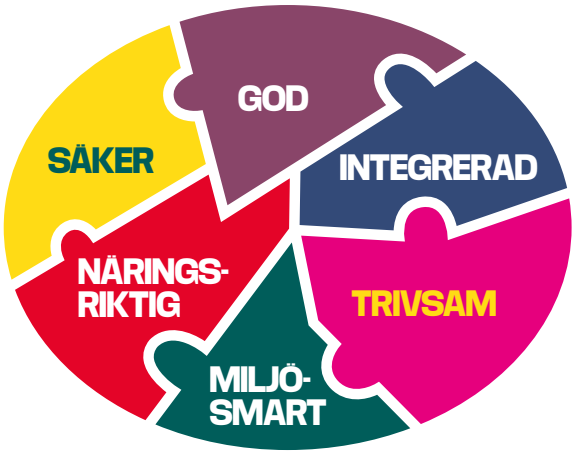
50 Denna omfattande modell krävde mer kylförvaring, sophantering och logistik, var mer kostsam och förutsatte större engagemang hos personalen under lektionstid på morgonen. Nathalie Noboa, koststrateg Botkyrka kommun, intervju den 12 april 2023.

51 Nathalie Noboa, koststrateg Botkyrka kommun, intervju den 12 april 2023.

grundsärskolan, specialskolan, sameskolan och gymnasieskolan).[52] Varje elev har med andra ord en lagstadgad rätt till ett visst antal undervisningstimmar inom respektive ämne. Varken införande av skolfrukost eller någon annan aktivitet får påverka denna lagstadgade rätt. Oron över detta var ytterligare en bidragande orsak till att Botkyrka kommun valde ett *before the bell*-koncept när man utökade sin frukostverksamhet 2022.[53]

4.1.2 Se till helheten – Måltidsmodellen

Livsmedelsverket rekommenderar ett helhetsperspektiv på bra måltider och tillhandahåller Måltidsmodellen som ett verktyg i planering och uppföljning av måltiderna i skolan.[54]



God mat och trivsam miljö gör att barn och elever äter tillräckligt. Näringsriktighet och säkerhet i tillagning är också av avgörande betydelse för goda måltider och regleras genom lagkrav.

Livsmedelsverket rekommenderar att även frukost och mellanmål planeras utifrån Tallriksmodellens tre delar:

- Bröd och/eller flingor eller müsli.
- Proteinrikt livsmedel (pålägg, mjölkprodukt eller berikad vegetabilisk dryck/vegetabiliskt alternativ till yoghurt).
- Grönsaker och frukt.

Frukost och mellanmål kan vara ganska lika och innehålla färre variationer än skollunch. Med olika frukter, grönsaker, brödsorter och pålägg och lagad mat såsom

52 Skolverket (2023)
53 Nathalie Noboa, koststrateg Botkyrka kommun, intervju den 12 april 2023.
54 Livsmedelsverket (2019) s. 8

gröt går det ändå att skapa omväxling.[55] Många kommuner väljer att servera frukosten i matsalen i bufféform, vilket också ökar valfrihet och variation.

Måltidspersonal som förbereder och serverar frukost bör även ha kunskaper om hur måltider kan bidra till en miljömässigt hållbar utveckling och de nationella miljömålen.

Vid införande av skolfrukost är slutligen integrerade måltider av särskilt intresse. En stor andel av den svenska skolpersonalen erbjuds att till subventionerade priser äta det Livsmedelsverket kallar pedagogisk måltid med sina barn och elever:

> *Syftet med en pedagogisk måltid är att bygga goda relationer mellan eleverna och med de vuxna, att ge eleverna en positiv upplevelse av måltider och en sund inställning till mat. Barn och unga behöver vuxna som förebilder och stöd även vid måltiderna … Måltiden kan användas till att väcka nyfikenhet på odling, ekologi och matematik, eller för att prata om kultur, samhälle och demokrati.*[56]

Måltiden bör alltså tas tillvara som en pedagogisk resurs i det pedagogiska arbetet, vilket även kan gälla frukost. Integrerade måltider utgör också en möjlig lösning på de problem ett after the bell-koncept kan skapa gällande den reglerade undervisningstiden. Pedagoger kan ha förmåga att integrera måltiden i den reguljära undervisningen i överensstämmelse med styrdokumentens krav.

4.1.3 Satsa på kunskap och kompetens samt tydliggör ansvaret och möjliggör samarbete

Ovanstående ambitioner kräver kunskap och kompetens hos utförande personal. Lyckligtvis är detta något som det redan finns gott om inom Sveriges nästan världsunika skolmåltidsverksamhet. Införande av skolfrukost innebär som sagt ofta en expansion av en redan välfungerande professionell verksamhet.

Beroende på serveringsmodell och omfattning kan det vara nödvändigt att inkludera, utbilda och integrera den pedagogiska personalen i frukostverksamheten, vilket i sin tur kräver samarbete och tydlighet gällande ansvar. Införande av skolfrukost riskerar annars att leda till onödiga konflikter och stress inom personalgruppen.

4.1.4 Sätt upp mål, prioritera måltiden och fråga efter resultaten

Livsmedelsverket betonar värdet av fastställda mål kring måltider för att skapa en gemensam målbild för alla inblandade kring upphandling, tillagning, servering och konsumtion. Vidare bör måltidernas kvalitet följas upp och utvärderas kontinuerligt.

---

55 Livsmedelsverket (2019) s. 32

56 Livsmedelsverket (2019) s. 12–13

Särskilt viktigt är dock att följa upp och utvärdera skolfrukostens faktiska resultat, både gällande hälsa, närvaro, likabehandling och studieresultat. Motståndare till avgiftsfri skolfrukost pekar gärna på bristande konkreta studieresultat av kortare och mindre ambitiösa pilotprojekt. Metodisk och långsiktig uppföljning och utvärdering av skolfrukostens effekter – på enhets- och kommunnivå – är av central betydelse för att i längden kunna bemöta sådana argument.

4.2 Skolfrukostens kostnad och finansiering

Ett antal omständigheter gör det svårt att göra en generell bedömning av kostnaden för avgiftsfri skolfrukost i svenska skolor. Texten nedan listar ett antal av dessa osäkerhetsfaktorer. Vissa grundläggande linjer kan dock skönjas, inte minst med hjälp av standardexempel. Siffror från Botkyrka kommuns nya frukostprojekt tas därför med som ett typfall.[57]

- Råvarupriser utgör möjligen den enklaste komponenten att räkna på. Flera kommuner anger kostnader mellan 10 och 15 kr per elev och dag, men det framgår inte alltid huruvida andra utgifter (exempelvis personalkostnader) inkluderas i summan.58 Vidare gör den rådande inflationen läget osäkert. Exempelvis betalar Botkyrka kommun sina skolor 10 kr per elev och dag för råvarukostnaden under 2023, en höjning med 2 kr jämfört med 2022.
- Personalkostnader är svårare att räkna på. I många kommuner innebär avgiftsfri skolfrukost till alla elever rent konkret en expansion av den befintliga måltidspersonalens arbetsuppgifter. Den exakta omfattningen av en sådan utvidgning är svår att beräkna. Storleken på den redan befintliga skolfrukosten inom ramen för fritidshemmets verksamhet kan variera. Ibland ingår även personal med olika typer av lönebidrag, vilket gör beräkningar ännu mer komplicerade. Vidare bör en storskalig modell såsom after the bell ge vissa ekonomiska stordriftsfördelar, vars omfattning dock är svår att bedöma. Botkyrka kommun betalar ut ett särskilt belopp för att täcka ökade personalkostnader, i nuläget 113 000 per skola och år.
- En möjlighet är att titta på befintliga budgetar i kommuner som erbjuder avgiftsfri frukost åt alla sina elever. Men även om kommuner vet hur mycket pengar de avsatt för ett frukostprojekt, känner de kanske ännu inte till projektets exakta kostnader gällande råvaror och personal. Varje skolenhet har sin egen budget och betalar möjligen mer eller mindre än väntat. Exempelvis vet Botkyrka kommun att de avsatt 9,8 miljoner kronor för 2023 för att kompensera sina kommunala skolor, men inte exakt vad varje enskild skolas egentliga kostnad är.
- Friskolor måste kompenseras för insatser i den kommunala skolan. Det är dock inte säkert att dessa pengar verkligen går till samma typ av insatser. Friskolorna kan exempelvis se behov av andra kompensatoriska åtgärder. Botkyrka

57 Nathalie Noboa, koststrateg Botkyrka kommun, intervju den 12 april 2023.

58 Tottmar, M. (2021); Härryda kommun (2023);

kommun kompenserar sina friskolor med 3,2 miljoner kronor under 2023, men vet inte exakt hur de valt att använda resurserna.

- Kostnaderna för den befintliga svenska skolmåltidsverksamheten varierar redan kraftigt från kommun till kommun, från 14 700 kronor per elev och läsår i Berg till 3 900 kronor i Partille (siffror från 2021).[59] En precis kartläggning av kostnaderna för skolfrukost existerar inte, men det är sannolikt att även dessa är mycket varierande.
- Olika kommuner, skolenheter och medier kan ha olika uppfattning av vad skolfrukost är och bör vara när de rapporterar om kostnader för olika projekt. Som vi sett existerar ett antal olika modeller. Ett exempel är att Botkyrkas pilotsatsning från 2018 byggde på en annan modell (*universal breakfast after the bell*) än den som sedan infördes i hela kommunen 2022 (*universal breakfast before the bell*).
- Tidpunkten för frukostserveringen är av avgörande betydelse för andelen deltagande elever, vilket i sin tur har en stor påverkan på kostnaderna. I Botkyrka kommun var skillnaden i elevdeltagande mellan *after the bell*- och *before the bell*-modellerna hela 70 procentenheter.

Med detta sagt är det dock fullt görligt att skapa sig en uppfattning om möjliga kostnadsspann inom kommuner av olika storlek. Tabellen nedan sammanställer ett antal överslagsberäkningar av årskostnaden (endast råvaror) för olika modeller utgående från följande antaganden:

- En *before the bell*-modell beräknas ge ett elevdeltagande på cirka 10 procent. I en *after the bell*-modell förväntas cirka 80 procent av eleverna delta.
- Kommuninvånarantalet för respektive kommunstorlek bygger på en förenkling av Sveriges kommuners och regioners kommungruppsindelning.[60]
- 10,55 procent av kommuninvånarna beräknas gå i grundskolan (vilket bygger på förhållandet i riket – 1,1 miljoner grundskoleelever[61] som en andel av en befolkning på 10,42 miljoner 2021[62]). Elever som går i fristående skolor räknas med i det ungefärliga elevantalet i och med att kompensation till friskolorna förväntas ingå i totalkostnaden.
- Redovisning av totalkostnaden vid 10 respektive 15 kronor per elev och dag ger en uppfattning om kostnadsspannet. Kostnaden är beräknad utifrån lagkravet på 178 skoldagar per läsår.

59 Nejman, F (2021)
60 Sveriges kommuner och regioner (2023)
61 Skolverket (2022a)
62 Utrikespolitiska institutet (2022)

Tabell 1. Ungefärliga kostnadsberäkningar av råvor på årsbasis

Kommun-storlek	Kommun-invånare	Ungefärligt antal grundskole-elever	*Before the bell* kr/år 10 kr/elev och dag	*Before the bell* kr/år 15 kr/elev och dag	*After the bell* kr/år 10 kr/elev och dag	*After the bell* kr/år 15 kr/elev och dag
Storstad	550 000	58 025	10 328 450	15 492 675	82 627 600	123 941 400
Större stad	100 000	10 550	1 877 900	2 816 850	15 023 200	22 534 800
Medelstor stad	35 000	3 693	657 265	985 898	5 258 120	7 887 180
Småstad	17 500	1 846	328 633	492 949	2 629 060	3 943 590
Landsbygds-kommun	10 000	1 055	187 790	281 685	1 502 320	2 253 480

En jämförelse med skolans totala utgifter kan ge en förståelse för skolfrukostens relativa kostnader. Tabellen nedan visar Skolverkets sammanställning av grundskolans genomsnittliga delkostnader.[63]

Tabell 2. Delkostnader per elev i grundskolan 2021 jämfört med 2020 (fasta priser).

Kostnadsslag	Kostnad per elev (kronor)	Förändring jämfört med 2020 (procent)
Undervisning	67 500	0,4
Lokaler	20 400	1,4
Skolmåltider	6 800	-0,7
Lärarverktyg m.m.	5 400	5,7
Elevhälsa	4 090	4,5
Övrigt	16 100	1,7

Kostnader på mellan 10 och 15 kronor per dag och elev kan alltså sättas i relation till följande siffror: Med 178 skoldagar under ett läsår motsvarar 6 800 kronor för skolmåltider en daglig kostnad på 38,20 kronor per elev. Som sagt varierar dock kostnaderna kraftigt mellan olika kommuner vilket skapar ett kostnadsspann mellan 21,91 kronor och 82,58 kronor per dag och elev. Den totala kostnaden för en elev är 120 290 kronor per läsår vilket motsvarar en daglig kostnad på 675,78 kronor.

63 Skolverket (2022b) s. 11

Dessa insatser kommer enligt forskningen alla elever till del samtidigt som de uppvisar en kraftig kompensatorisk effekt. Det går därför att argumentera för att de är mer kostnadseffektiva än andra ekonomiska bidrag riktade till socioekonomiskt utsatta familjer.

5 Svar på vanliga argument mot avgiftsfri skolfrukost

"Det är för dyrt."

På lång sikt utgör avgiftsfria skolmåltider och skolfrukost inte någon kostnad, utan är en ren ekonomisk investering. Enligt svensk forskning leder denna verksamhet till en högre livstidsinkomst, motsvarande en avkastning på 400 procent. Kostnaderna är även små i förhållande till skolans totala kostnader. Vidare kan mindre omfattande modeller (såsom *universal breakfast before the bell*) införas till relativt ringa kostnader.

"Använd pengarna till något viktigare i stället, till exempel läroböcker eller mer personal."

Precis som alla insatser inom skolan kostar skolfrukost pengar. Forskning visar dock att avgiftsfri skolfrukost ger tillbaka mer än det kostar och har mycket positiva effekter på elevernas utveckling, hälsa och studieresultat. Effektiva insatser bör aldrig ställas mot varandra. Vem skulle till exempel säga samma sak om skolluncher? Eller uppvärmning av skolans lokaler?

"Det finns ingen/väldigt lite forskning som visar att det fungerar."

Det stämmer att det inte finns mycket forskning på effekterna av avgiftsfri skolfrukost inom det svenska skolsystemet. Internationell forskning som sammanfattas i den här rapporten belägger dock entydigt den avgiftsfria skolfrukostens positiva effekter. Detsamma gäller internationell och svensk forskning gällande effekterna av avgiftsfria skolmåltider generellt.

"Jag vet flera skolfrukostprojekt i Sverige som inte fungerat"

Det stämmer att olika kommunala skolfrukostprojekt har avslutats. I de fall som uppmärksammats i media har det berott på bristande elevdeltagande och/eller andra ekonomiska prioriteringar. I dessa fall har det dock handlat om mindre ambitiösa initiativ med servering före skoltid. Dessa modeller leder ofta till ett lågt elevdeltagande. Projekt av ringa omfattning med lågt deltagande gör det även svårt att mäta konkreta resultat i verksamheten.

"Satsa på skolfrukost, men bara på skolor där det verkligen behövs."

Det stämmer att behoven ser olika ut i olika delar av Sverige. Svensk och internationell forskning visar dock att avgiftsfri skolfrukost och skolmåltider generellt är givande för samtliga elever, även om det är särskilt bra för socioekonomiskt utsatta grupper. Som specialpedagogerna brukar säga – "Det som är särskilt bra för vissa är ofta bra för alla!"

"Skolan ska fokusera på lärande, inte på sociala insatser. Skolfrukost tar av elevernas undervisningstid."

Skolan ska enligt styrdokumenten alltid fokusera på lärande och de förutsättningar som ligger till grund för lärande. Insikten om att hungriga barn lär sig sämre har legat till grund för sociala insatser i svensk skola sedan 1800-talets andra hälft.

Beprövad erfarenhet och internationell forskning visar att avgiftsfri skolfrukost under undervisningstid (*universal breakfast after the bell*) ger högst elevdeltagande, är mest likvärdig och minst trolig att skapa stigmatisering.

Det är dock viktigt att varje huvudman och skolenhet tar ställning till olika praktiska frågeställningar vid införande av avgiftsfri skolfrukost, till exempel skolans skyldighet att garantera undervisningstiden.

"Det är en massa företag som ligger bakom kampanjen för gratis skolfrukost."

Det stämmer att många företag har ett egenintresse i att driva frågan om skolfrukost. Dessa företags motiv ändrar dock varken forskningsresultaten gällande skolfrukostens effekter eller behoven i det svenska samhället och skolan.

6 Litteratur

Adolphus, K., Lawton, C. L., & Dye, L. (2013): The effects of breakfast on behavior and academic performance in children and adolescents. Front. Hum. Neurosci., 08 August 2013 Sec. Brain Health and Clinical Neuroscience Volume 7 - 2013.
https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00425
(Hämtad 2023-04-14)

Adolphus, K., Lawton, C. L., & Dye, L. (2019): Associations between Habitual School-Day Breakfast Consumption Frequency and Academic Performance in British Adolescents. Frontiers in Public Health, 7, 283.
https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00283
(Hämtad 2023-04-14)

Anzman-Frasca, S., Djang, H. C., Halmo, M. M., Dolan, P. R., & Economos, C. D. (2015): Estimating impacts of a breakfast in the classroom program on school outcomes. JAMA Pediatrics, 169(1), 71–77.
https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25420110/
(Hämtad 2023-04-14)

Arla (2018): Pilotprojekt med frukost i skolan gav 50 procent lugnare klassrumsmiljö och 51% bättre koncentrerade elever.
https://www.arla.se/om-arla/nyheter-press/2018/news/pilotprojekt-med-frukost-i-skolan-gav-50-procent-lugnare-klassrumsmiljoe-och-51-procent-baettre-koncentrerade-elever-312580/
(Hämtad 2023-04-14)

Arla (2022): Var tredje elev äter inte frukost varje dag
https://www.arla.se/om-arla/nyheter-press/2022/pressrelease/var-tredje-elev-ater-inte-frukost-varje-dag-3328713/
(Hämtad 2023-04-14)

Barvå, H. (2023): Alla goda gåvors givare
https://www.nwt.se/2023/03/17/lagg-inte-pengar-pa-gratis-frukost-i-skolan-9a8ff/
(Hämtad 2023-04-14)

Basch, C. E. (2011): Breakfast and the achievement gap among urban minority youth. Journal of School Health, 81(10), 635–640.
https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21923876/
(Hämtad 2023-04-14)

Bernstein, L. S., McLaughlin, J. E., Crepinsek, M. K., & Daft, L. M. (2004): Evaluation of the School Breakfast Program Pilot Project: final report. Nutrition Assistance Program Report Series, CN-04-SBP. Alexandria, VA: U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service, Office of Analysis, Nutrition, and Evaluation.
https://eric.ed.gov/?id=ED486532
(Hämtad 2023-04-14)

Butz, L. (2023): States that Have Passed Universal Free School Meals (So Far)
https://www.nycfoodpolicy.org/states-that-have-passed-universal-free-school-meals/
(Hämtad 2023-04-14)

Expressen (2023): Hellre fler läroböcker än gratis skolfrukost.
https://www.expressen.se/ledare/-hellre-fler-larobocker-an-gratis-skolfrukost-/
(Hämtad 2023-04-14)

Folkhälsomyndigheten (2023): Mat och fysisk aktivitet
https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/fysisk-aktivitet-och-matvanor/
(Hämtad 2023-04-14)

Frisvold, D. E. (2015): Nutrition and cognitive achievement: an evaluation of the School Breakfast Program. Journal of Public Economics, 124, 91–104.
https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0047272714002497
(Hämtad 2023-04-14)

Hinrichs, P. (2010): The effects of the National School Lunch Program on education and health. Journal of Policy Analysis and Management, 29(3), 479–505.
https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20722187/#:~:text=Participationprocent20inprocent20theprocent20programprocent20as,foodprocent20consumptionprocent20fromprocent20otherprocent20sources.
(Hämtad 2023-04-14)

Hunger Solutions New York (2023): School Breakfast Program.
https://hungersolutionsny.org/federal-nutrition-programs/school-meals/school-breakfast-program/
(Hämtad 2023-04-14)

Härryda kommun (2023): Svar på medborgarförslag om att tillåta föräldrar att äta frukost på skolan.
https://www.harryda.se/download/18.467799a7186a-19d729a351/1677764526151/31.pdf
(Hämtad 2023-04-14)

Imberman, S. A., & Kugler, A. D. (2014): The effect of providing breakfast in class on student performance. Journal of Policy Analysis and Management, 33(3), 669–699.
https://www.nber.org/papers/w17720#:~:text=Weprocent20findprocent20thatprocent20inprocent2Dclass,providingprocent20breakfastprocent20inprocent20theprocent20cafeteria
(Hämtad 2023-04-14)

Kleinman, R. E., Hall, S., Green, H., Korzec-Ramirez, D., Patton, K., Pagano, M. E., & Murphy, J. M. (2002): Diet, breakfast, and academic performance in children. Annals of Nutrition and Metabolism, 46(Supplement 1), 24–30.
https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3275817/
(Hämtad 2023-04-14)

Larsson, L. (2021): Skolmaten på 60-talet gav eleverna högre inkomst genom livet, visar ny studie
https://www.lu.se/artikel/skolmaten-pa-60-talet-gav-eleverna-hogre-inkomst-genom-livet-visar-ny-studie
(Hämtad 2023-04-14)

Livsmedelsverket (2019): Nationella riktlinjer för måltider i skolan – Förskoleklass, grundskola, gymnasieskola och fritidshem.
https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyrer-foldrar/riktlinjer-for-maltider-i-skolan.pdf
(Hämtad 2023-04-14)

Livsmedelsverket. Quetel, A-K och Grausne, J. (2021): Matutbudet i ungdomars vardag. Livsmedelsverkets rapportserie L 2021 nr 07. Uppsala.
https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2021/l-2021-nr-07-matutbudet-i-ungdomars-vardag.pdf
(Hämtad 2023-04-14)

Livsmedelsverket (2022): Bättre ro och relationer med frukost i skolan
https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-vard-skola-och-omsorg/maltidsbloggen/battre-ro-och-relationer-med-frukost-i-skolan2#:~:text=Faktaprocent20omprocent20frukostprocent20iprocent20skolan&text=2020procent20gjordeprocent20Livsmedelsverketprocent20procentC3procentA4venprocent20en,eleverprocent20medprocent20sprocentC3procentA4mreprocent20socioekonomiskaprocent20fprocentC3procentB6rutsprocentC3procentA4ttningar
(Hämtad 2023-04-14)

Liu, J., Wu, L., Um, P., Wang, J., Kral, T. V. E., Hanlon, A., & Shi, Z. (2021). Breakfast Consumption Habits at Age 6 and Cognitive Ability at Age 12: A Longitudinal Cohort Study. Nutrients, 13(6), 2080.
https://www.mdpi.com/2072-6643/13/6/2080
(Hämtad 2023-04-14)

Lundborg, P., Rooth, D-O., & Alex-Petersen, J. (2022): Long-Term Effects of Childhood Nutrition: Evidence from a School Lunch Reform. Review of Economic Studies, 89(2), 876-908
https://doi.org/10.1093/restud/rdab028
(Hämtad 2023-04-14)

Malm, C. (2022): 8 av 10 svenskar vill införa gratis skolfrukost
https://livsmedelsnyheter.se/2022/02/21/8-av-10-svenskar-vill-infora-gratis-skolfrukost/
(Hämtad 2023-04-14)

Mattisson, I. (2016): Socioekonomiska skillnader i matvanor i Sverige. Livsmedelsverkets rapportserie nr 9/2016
https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/rapporter/2016/rapport-9-omslag--inlaga--bilaga.pdf
(Hämtad 2023-04-14)

Murphy, J. M., Pagano, M. E., Nachmani, J., Sperling, P., Kane, S., & Kleinman, R. E. (1998): The relationship of school breakfast to psychosocial and academic functioning: cross-sectional and longitudinal observations in an inner-city school sample. Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine, 152(9), 899–907.
https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9743037/
(Hämtad 2023-04-14)

Murphy, J. M. (2007): Breakfast and learning: an updated review. Journal of Current Nutrition and Food Science, 1, 3–36.
https://www.researchgate.net/publication/228638584_Breakfast_and_Learning_An_Updated_Review
(Hämtad 2023-04-14)

Nejman, F (2021): LISTA: Här kostar skolmaten mest och minst.
https://www.vilarare.se/nyheter/skolmat/lista-har-kostar-skolmaten-mest-och-minst/#:~:text=attprocent20serveraprocent20specialkost.-,Iprocent20genomsnittprocent20kostarprocent20enprocent20skollunchprocent206procent20500procent20kronorprocent20perprocent20elev,skillnadernaprocent20procentC3procentA4rprocent20storaprocent20mellanprocent20kommunerna
(Hämtad 2023-04-14)

Norwood, B (2020): Breakfast of Champions: Universal Free Breakfast and Student Conflict and Test Scores in Texas Schools. University of Oklahoma.
http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3576085
(Hämtad 2023-04-14)

Nutrition Consortium of NYS. (2005): Academics & Breakfast Connection Pilot: Final Report on New York's Classroom Breakfast Project. Albany, NY: Nutrition Consortium of NYS.

SFS 2010:800. Skollag. Stockholm: Utbildningsdepartementet.

Skolmatsverige.se (2023): Skolmat i Sverige sedan långt tillbaka
https://www.skolmatsverige.se/om-oss/skolmatens-historia/
(Hämtad 2023-04-14)

Skolverket (2021): Mat i förskolan och skolan
https://www.skolverket.se/skolutveckling/inspiration-och-stod-i-arbetet/stod-i-arbetet/mat-i-forskolan-och-skolan
(Hämtad 2023-04-14)

Skolverket (2022a): Elever och skolenheter i grundskolan Läsåret 2021/22.
https://www.skolverket.se/download/18.68c99c081804c5929e-a58cf/1655292646380/pdf9573.pdf
(Hämtad 2023-04-14)

Skolverket (2022b): Kostnader för skolväsendet och annan pedagogisk verksamhet 2021.
https://www.skolverket.se/download/18.308cb2-18340b1064f37f/1663845421112/pdf10327.pdf
(Hämtad 2023-04-14)

Skolverket (2023): Undervisningstid, lärotider och schema.
https://www.skolverket.se/regler-och-ansvar/ansvar-i-skolfragor/undervisningstid-larotider-och-schema
(Hämtad 2023-04-14)

Socialdemokraterna i Botkyrka (2021): Nu inför vi skolfrukost i alla grundskolor.
https://www.socialdemokraternaibotkyrka.se/post/nu-infprocentC3procent-B6r-vi-skolfrukost-i-alla-grundskolor
(Hämtad 2023-04-14)

Sveriges kommuner och regioner (2023): Kommungruppsindelning – En beskrivning av SKR:s kommungruppsindelning som gäller från den 1 januari 2023.
https://skr.se/skr/tjanster/kommunerochregioner/faktakommunerochregioner/kommungruppsindelning.2051.html
(Hämtad 2023-04-14)

Sveriges Radio (2023): Botkyrka förebild när V och MP vill införa gratis skolfrukost.
https://sverigesradio.se/artikel/botkyrka-foregangare-nar-v-och-mp-vill-infora-gratis-skolfrukost
(Hämtad 2023-04-14)

Sveriges Television (2012): Här får barnen ta med sig egen frukost
https://www.svt.se/nyheter/lokalt/ost/barn-far-ta-med-sig-egen-frukost
(Hämtad 2023-04-14)

Sveriges Television (2016): ”Föräldrar kan inte kräva frukost på förskolan”
https://www.svt.se/nyheter/lokalt/uppsala/foraldrar-kan-inte-krava-frukost-pa-forskolan#:~:text=procentE2procent80procent93procent20Detprocent20procentC3procentA4rprocent20uppprocent20tillprocent20varje,inteprocent20skyldigaprocent20attprocent20serveraprocent20frukost
(Hämtad 2023-04-14)

Sveriges Television (2019): Vingåker slopar gratis frukost till skolelever.
https://www.svt.se/nyheter/lokalt/sormland/vingaker-slopar-gratis-frukost-till-skolelever
(Hämtad 2023-04-14)

Tam, B. (2022): The Relationship of Breakfast Consumption, Academic Performance, and Quality Breakfast Type
https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED621794.pdf
(Hämtad 2023-04-14)

Tottmar, M. (2021): Skolfrukost gav mer koncentrerade elever – kommunalråd vill göra insatsen permanent.
https://www.dn.se/sthlm/skolfrukost-gav-mer-koncentrerade-elever-kommunalrad-vill-gora-insatsen-permanent/
(Hämtad 2023-04-14)

Utrikespolitiska institutet (2022): Sverige – Befolkning och språk.
https://www.ui.se/landguiden/lander-och-omraden/europa/sverige/befolkning-och-sprak/
(Hämtad 2023-04-14)

Wilderresearch (2014): Nutrition and Students’ Academic Performance:
https://www.wilder.org/sites/default/files/imports/Cargill_lit_review_1-14.pdf
(Hämtad 2023-04-14)

World Health Organization (2006): Programme for Nutrition and Food Security WHO Regional Office for Europe Copenhagen: Food and nutrition policy for school – A tool for the development of school nutrition programmes in the European Region
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/107797/E89501.pdf?sequence=1&isAllowed=y
(Hämtad 2023-04-14)

SSU

tankesmedjan TIDEN